

ВЕСТА[®]

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН



Декабрь

№ 12 (235) 2014

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:
группа физических лиц

Издатель:
ООО Издательство «Веста-М»

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации по
печати.

Рег. № 014813

Главный редактор
Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:
г. Воронеж,
ул. Средне-Московская, 32

Для почты:
394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:
(473) 251-22-13, 235-59-75

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru
Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор
по распространению
Галина СТАРОДУБЦЕВА
Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:
10 ноября 2014 г. в 11:00

Отпечатано в ГУП РО
«Рязанская

областная типография»
390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12
тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.
Заказ № 4201.
Тираж 155000 экз.

Общий тираж 534294 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс
в каталоге «Почта России» —
60672,
в каталоге «Пресса России» —
51182.

Подписку можно оформить
на сайте: VIPISHI.RU
На первой странице — Таисия
г. Мелеуз

КОСМЕТИКА

- Маски на экстренный случай.
- Смените мыло.
- Идеальное фото.
- Берегите уши.
- Макияж под освещение.
- Китайская гимнастика для зубов.

САЛОН КРАСОТЫ

- Прическа с расческой.
- Закрученный сюжет.
- Жемчужные невидимки.
- Для здоровья ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Долой живот. ● Чтобы не набрать вес.
- Шведский стол предпочтительнее.
- Спать, спать, спать...
- «Лекарство» от стресса.
- Новогодний нейл-арт.
- Думайте о здоровье и пейте чай.
- Кофе может быть безвредным.

ЗДОРОВЬЕ

Отвечаем на ваши вопросы: народные средства
при лечении вирусных инфекций, гайморита,
кашля, осиплости голоса.
● Полюбите чеснок!
● При затянувшейся болезни.
● Зеленая аптека: липа обыкновенная.
● «Скажите, доктор...» — на вопросы читательниц
отвечают врачи: гинеколог, педиатр,
дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на вопросы читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Кардиган и ажурное болеро с шарфом,
связанные на спицах, кардиган из треугольников,
связанный крючком.
- Сувенир на память.
- Вместо маскарадного костюма.
- Сумка и гетры в норвежском стиле.
- Одно платье на все праздники.
- Новогодний светильник. ● Снеговик в доме.
- Золотая елочка.
- Рождественские венки. ● Новогодний клатч.

ВАШ СТИЛЬ

- Блестящий выбор.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 17 замечательных рецептов к праздничному
столу.

ХОЗЯЮШКЕ

- Водка со вкусом. ● Сколько ложек в чашке?
- Съедобные часы. ● Натуральный ароматизатор.

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Нет в жизни мелочей.
- Их желания, ценности и приоритеты.

ИНТЕРЬЕР

- Ради атмосферы праздника.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на январь.

ВАШ САД

- Нужна ли вам сосна?
- Какой торф лучше.
- Ирисы перестали цвести.

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

- Как спасти замиокулькас.
- Цветок в подарок.
- Зимняя пересадка.
- Лисохвост.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Под ответственность Деда Мороза?
- Поздравление от ребенка.
- Подарок у порога.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- 2015 — год Деревянной козы.
- «Свет мой, зеркальце, скажи...»

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 декабря по 15 января.
- Астрология для парикмахерской.
- Тест. Ешь, пей и не толстей.

ЖЕНЩИНЫ В ИСТОРИИ

- Анна Марли: «Унесенная вдохновением...».

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Как стать звездой.
- Восходящие звезды! Павел Баршак.
Анна Чиповская, Марк Богатырев.

ЭТИКЕТ

- Корпоративная вечеринка.
- Сколько стоит подарок?
- «Шпаргалка» для автоответчика.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Собаки на морозе.
- Берегитесь пожара!
- Идея для щепетильных хозяев.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Андрей Вертихин. Настя.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Дорожные мелочи.
- Лучшие ученицы Учителя.
- Как с курорта. ● Не навреди лечением. ● Второй шанс.
- Как стать самым приятным сотрудником.
- Чего он боялся? ● Дело житейское.
- Тепло, еще теплее... ● Готовы ли вы к новой жизни?
- Китайский гороскоп. ● И многое другое.





КРЫСА Много неожиданностей. Будьте готовы к большим переменам в судьбе. Год благоприятен для создания новых проектов, повышения уровня благосостояния, применения оригинальных идей и методов. Старые друзья и сложившиеся взаимоотношения могут оказаться весьма полезными для решения многих проблем.

БЫК Для рожденных в год Быка год Деревянной Козы будет довольно сложным в психологическом плане. Впрочем, открытость и дружелюбие помогут им с успехом действовать не только в личной жизни, но и в карьере. Они смогут найти новые источники дохода и укрепить свое материальное положение.

ТИГР Тиграм в год Козы придется больше внимания уделять собственной карьере. От них потребуются предельная собранность и осторожность. Для удачи в делах людям этого знака надо проявлять больше ответственности и не доверять случайным партнерам и обещаниям. В этом году им необходимо чаще отдыхать и думать о своем здоровье.

КРОЛИК (КОТ) Для большинства людей этого знака год Козы обещает быть весьма благоприятным. Благополучию Кролика не помешают ни неприятности, ни некоторые накладки. Год будет удачным для бизнеса. Во второй половине года многих рожденных в год Кролика (Кота) ждут интересные путешествия и приключения.

ДРАКОН Рожденным в год Дракона следует воздерживаться от тех дел, в которых они недостаточно компетентны. Лучше всего завершить старые, давние дела, отдохнуть, отправиться в путешествие. Многим из них придется больше сил и времени уделять своему дому, детям и пожилым родственникам.

ЗМЕЯ Многим из тех, кто родился в год Змеи, будет трудно в этом непростом и беспокойном году. Но благодаря своей мудрости многие из них сумеют добиться признания, продвижения по карьерной лестнице, занять руководящие посты, удачно реализовать творческий потенциал, а также упрочить благосостояние своей семьи.

На смену Деревянной Лошади в грядущем году приходит Деревянная Коза. На Востоке считается, что в год Козы высшие силы часто помогают людям, которые делают добро окружающим. Возможно, не у всех удачно сложится карьера, но люди с сильной волей, готовые упорно трудиться и бороться за свои цели, смогут добиться хороших результатов.

Что же несет вам год Деревянной Козы, если год вашего рождения по китайскому календарю

ЛОШАДЬ У многих рожденных в год Лошади в наступающем году появится перспектива карьерного роста и новых партнерских отношений. Это весьма благоприятный год для того, чтобы обзавестись детьми, приобрести недвижимость, укрепить семейные узы, посвятив больше времени отдыху и общению с любимыми.

КОЗА (ОВЦА) У людей, рожденных в год Козы, в грядущем году все будет складываться отлично. Но придется проявить гибкость, чтобы суметь по-настоящему воспользоваться своим годом. Удача будет сопровождать их во всех начинаниях — их заметят, помогут, поддержат. Многие рожденные в год Козы сумеют создать фундамент для своих планов.

ОБЕЗЬЯНА В этом непростом году рожденные в год Обезьяны будут много интриговать, сплетничать и развлекаться полученными результатами. В целом год Козы для них ожидается удачным. Возможны серьезные перемены в карьере и личной жизни. Главное — поменьше разбрасываться и не переутомляться.

ПЕТУХ Для рожденных в год Петуха год Козы обещает быть напряженным. События будут следовать одно за другим. Но излишняя суетливость и общительность могут привести к психоэмоциональным перегрузкам. Идей и планов будет много, а вот целеустремленности будет не хватать. Чтобы не стать легкой добычей для других, нельзя расслабляться.

СОБАКА В год Козы тем, кто рожден в год Собаки, придется много трудиться, хотя результаты будут видны не сразу. Деловые связи окажутся весьма важными, хотя и кратковременными. Бизнес и карьера в первой половине года будут нестабильными, зато во второй им удастся эффективно реализовать большинство своих планов.

КАБАН Люди этого знака в год Козы смогут жить спокойно. В отношении работы и финансов все пойдет неплохо и будет стабильно, а в сфере чувств и любви их ждут перемены к лучшему. Здоровье не подведет, а весьма ощутимых успехов в делах и значительного роста благосостояния следует ожидать во второй половине года.

Этим летом мне исполнилось 30 лет, но я до сих пор не замужем, даже молодого человека у меня нет. Дома у нас на эту тему говорить не принято, наверное, близкие люди понимают, что вмешиваться в личную жизнь другого, даже родного, человека нельзя. Но зато подружки, как говорились, в этом году стали мамами. Прихожу к одной из них поздравить, а ее мама тут же говорит, что мне тоже пора уже обзавестись своим малышом. Ведь знает, наверняка, что я даже не встречаюсь ни с кем, не говоря уже об отсутствии мужа, зачем же давать такие советы и вообще заводить разговоры на такую очень личную тему? Я не знала, что ответить, и потому просто промолчала, но в душе остался какой-то неприятный осадок.

На работе тоже никто из тех, кто знает, что у моих подруг прибавление в семействе, не промолчал. Все посоветовали поскорее обзавестись палочкой, а то годы уходят. У меня от этих пожеланий слезы наворачиваются, и я себе кажусь какой-то ущербной. И это так обидно!

Мне еще двух подруг-мамаш надо навестить и поздравить с появлением у них малышей, но предвижу, что и там мне будут советовать «не тянуть с ребеночком». Понимаю, что рот людям не заткнешь, но посоветуйте, пожалуйста, как мне реагировать на подобные «добрые пожелания», чтобы у доброжелателей отпала охота давать мне такие советы.

Можно отшучиваться: «Никто замуж не берет», можно кивать головой и соглашаться, можно людям, желающим видеть вас мамой, обещать пригласить их на крестины первенца, как только это желанное для всех событие произойдет, можно делать вид, что Вы не расслышали прямого вопроса, а можно отвечать прямо: «Да не от кого рожать-то, может, у вас есть достойный кандидат в отцы моего будущего ребеночка?»

Подобных вариантов множество, а суть Ваших переживаний в том, что почему-то именно сейчас Вы стали так болезненно реагировать на подобные вопросы и пожелания. Наверняка до этого Вас спрашивали о другом: «Замуж не собираешься?» или «А жених-то у тебя есть?». И Вы отвечали полушутливо-полусерьезно: «Мне сейчас не до них», «Вот окончу институт, тогда и о женихах подумаю, время еще есть». Признайтесь, было такое? Наверняка, было, но Вас не трогало, потому что тогда Вы сами еще не «созрели» ни для замужества, ни для материнства.

А сейчас — другое дело. Скорее всего, Вы окончили вуз, уверенно и стабильно чувствуете себя на работе, а когда «стукнуло»

тридцать, Вы стали задумываться о семье и детях. Это нормально. Сейчас у Вас нет молодого человека, но это положение может измениться в любую минуту.

Пользуйтесь пока свободой, думайте о том, каким Вы представляете себе самого подходящего мужчину на роль спутника жизни, каким — будущего наследника. Это прекрасное время — время свободы и ожидания счастья. А обижаться на бестактность друзей и близких не стоит, они же любят Вас.

Я вышла замуж два года назад и была абсолютно счастлива, потому что всегда верила мужу: он очень правильный и верный. А недавно он взял меня с собой в компанию бывших однокурсников. Вот там-то я и увидела своими глазами, как мой «правильный и верный» муж ухаживал за одной из присутствовавших там девиц, которая вела себя с ним даже не развязно, а просто вызывающе. По реакции окружающих было видно, что для них поведение этой «пары» — дело обычное и привычное. Мне же наблюдать за этим публичным флиртом было неприятно.

Сейчас я с большой неохотой отпускаю своего мужа в «теплую» компанию студенческих друзей, так как все время вспоминаю ту девицу и мужа, который в тот момент, похоже, забыл, с кем туда пришел. Сама ходить туда больше не хочу, но беспокойство за свою семью меня не оставляет. Как мне оградить мужа от влияния этой развязной девицы?

Пишите супруга привычного общения и навязывать свое отношение к друзьям, с которыми он давно привык проводить время, не стоит. А будете запрещать ходить туда — он может начать лгать, придумывать другие поводы для отсутствия, но продолжать ходить на эти вечеринки — тайком.

Лучше попробуйте поговорить с мужем откровенно: расспросить о его студенческих годах, друзьях, об отношениях с пресловутой девицей...

Возможно, Вы многое сможете прояснить для себя. А вдруг в отношениях с «девицей» у них нет никакого интимного, они просто дурачатся, прикалываются — это их привычный стиль поведения, и никакой угрозы для вашей семьи в этом нет? Тогда Ваши подозрения и переживания будут выглядеть просто смешно.

Ведь если бы «девица» представляла для Вашего мужа какой-нибудь интерес, он давно-давно нашел бы возможность его реализовать. Но выбрал в жены он все-таки Вас.

Поэтому не переживайте, не портите отношения с мужем, не доводите до взаимных обид, а спокойно и серьезно разберитесь в ситуации.

Мы с мужем женаты три года. Он окончил вуз в другом городе, и все друзья его юности остались там. Они общаются по скайпу и недавно договорились, что отмечать свой день рождения он будет с ними, там, в своем родном городе. Муж объявил мне об этом совсем недавно и совершенно для меня неожиданно. Правда, предложил поехать с ним, но меня не отпустили на работе. Когда я сказала, что, может быть, он останется со мной и мы отпразднуем его день рождения вдвоем, он ответил: «Почему ты не хочешь, чтобы я свой день рождения отпраздновал так, как я хочу, чтобы я в этот день был по-настоящему счастлив?»

Получается, что, оставшись в день рождения со мной, он будет несчастлив?

Я не собираюсь привязывать мужа к своей юбке, но, по-моему, такой выбор не совсем нормален. Что же получается: я такая неинтересная, скучная и вообще плохая, что отмечать день рождения со мной для него — несчастье?



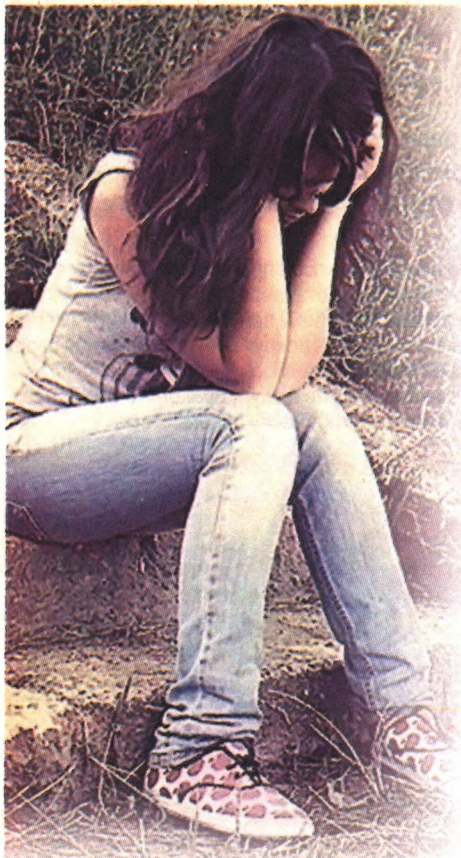
Эрнест Хемингуэй однажды сказал, что мужчина и женщина держат друг друга рядом не силой, а маленькими слабостями.

Вы правы, если искренне считаете, что привязывать мужа к своей юбке опасно. Однажды он может «сорваться с привязи» и наговорить бед.

Вот почему не только можно, но и нужно иногда отпускать дорогого мужчину «с поводка» и давать ему «побегать». Для одного это — футбол, для другого — рыбалка, для третьего — пиво в пятницу с друзьями. Он не должен чувствовать себя намертво прикованным узами Гименея к женщине и к дому. И вообще, мужчину лучше держать не на «цепи», а на «шелковой ниточке».

Что это значит? Он должен знать не только то, что имеет право отметить свой день рождения так, как ему приятнее, но и то, что Вам будет тоскливо без него в этот день, что Вы хотели бы тоже быть участницей его праздника. И не забудьте в «его» день хотя бы позвонить ему, а лучше — связаться с веселой компанией по скайпу и поднять бокал за именинника вместе с ним и его друзьями. Поверьте, он оценит это и будет Вам благодарен.

НАЕДИНЕ



Почему со мной так происходит? Может, из-за того, что в детстве и юности меня так оберегали, я выросла незакаленной к жизненным трудностям и неуверенной в себе? Как мне приспособиться к суровой действительности?

Неуверенной в себе и незакаленной Вас назвать нельзя. Хотя бы потому, что, оказываясь каждый раз «у разбитого корыта», Вы находите в себе силы начать все сначала. И хотя сейчас Вам трудно рассмотреть все плюсы и минусы жизненных ситуаций, с которыми Вам довелось столкнуться, кое в чем Вы безусловно выиграли. Все остались живы, с непутевым мужем Вы расстались, а остальное Вы наживете, потому что умеете не сдаваться, а значит, научитесь постоять за себя. Конечно, Вам было бы легче, если бы рядом с Вами был мужчина или старший товарищ-коллега, который мог бы вовремя подсказать Вам верное решение той или иной проблемы, предостеречь от рискованных или необдуманных действий, вовремя рассмотреть подстерегающие Вас «подводные камни». Но будем исходить из того, что имеем.

1. Вам необходимо, несмотря на пережитые Вами трудности, настроить себя на неминуемый успех.

2. Что бы ни случилось с Вами в будущем, не корите себя за промахи, не повторяйте себе: «Вот если бы я тогда...» Смотрите вперед и не опускайте руки, а действуйте, двигайтесь в заданном направлении и думайте о том, как поправить Ваше «покосившееся» положение, исходя из того, что у Вас осталось на текущий момент.

3. Старайтесь использовать тот опыт, который Вы уже приобрели в борьбе с жизненными трудностями, чтобы избежать катастрофы в будущем.

4. Даже когда Вам совсем плохо, старайтесь думать о перспективах будущей счастливой жизни.

5. Четко представляя себе будущее, определите этапы продвижения к главной победе, а для каждого этапа — реальные сроки, которых старайтесь придерживаться.

6. Ставьте перед собой не одну глобальную, а много небольших целей — реальных и конкретных. Ставьте перед собой вполне выполнимые задачи и идите к ним от самой простой ко все более сложным. И помните: чем четче стоит перед Вами задача, тем она выполнимее.

7. Продумывая свои действия, старайтесь видеть впереди не только радужные мечты и не только положительные результаты. Рассматривайте ситуации с разных сторон.

Постоянно и неуклонно двигаясь по наме-

ченному пути, Вы сможете не только разумно организовать свою жизнь, но и добиться стабильного успеха. Только не останавливайтесь на достигнутом. Желаю Вам успеха.

Когда мы с будущим мужем еще только встречались, нам всегда было безумно интересно вместе. Мы могли разговаривать с ним обо всем на свете чуть ли не сутками, и нам всегда не хватало времени, чтобы рассказать друг другу еще что-то интересное — поделиться своими наблюдениями, обсудить что-то, вместе посмеяться...

Вот уже три года как мы женаты. Все у нас хорошо, но почему-то мы с ним все меньше разговариваем. Приходим домой после работы, практически молча ужинаем перед телевизором, потом каждый делает какие-то свои дела: я — необходимые домашние, он часок другой посидит в Интернете — и всё. Общение закончено. Пора спать.

Почему так происходит? У нас ведь было так много общих интересов и всегда находилось что обсудить. Что случилось? Неужели во всех семьях так бывает?

Вспомните, что, встречаясь с молодым человеком, который впоследствии стал Вам мужем, Вы хотели побольше узнать о нем, о его детстве, родных, друзьях, увлечениях, вкусах, привычках и так далее. Поэтому и разговоры ваши казались Вам бесконечными. То же самое можно сказать и о нем.

А теперь вы вместе, и, наверное, оба самое главное и самое интересное из вашей жизни друг другу уже рассказали.

Но жизнь не стоит на месте, вокруг происходят разнообразные события — важные и не очень, интересные и обыденные, и если захотеть обсудить их и найти темы для разговоров, сделать это можно.

Например, так. Придумайте сами несколько «дежурных» тем для разговора и обсуждения с мужем во время ужина или после него: делиться информацией, полученной за день, мечтать вместе о каких-то поездках, покупках, планировать проведение домашних торжеств или отпуска, посещение родственников...

Если подобные темы постепенно и органично войдут в вашу жизнь и станут традицией, Вы поймете, что это — не рутина, а нормальная и очень важная составляющая счастливой семейной жизни.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

Пока я жила с родителями, в семье, где все друг друга любили, оберегали и во всем друг другу помогали, я считала, что мне не хватает свободы для самостоятельной жизни. Вышла замуж, и началась эта самая самостоятельная жизнь, которая чуть ли не каждый день преподносила «сюрпризы»: на деньги, которые родители подарили нам на свадьбу, мы с мужем купили машину и открыли магазин. Но муж стал пить, машину разбил, а в бизнесе допустил непростительную оплошность: пустил все на самотек. В результате выявилась огромная недостача. Все переживания, разборки и скандалы закончились разводом.

Родители снова дали мне денег, чтобы я купила машину — без нее торговать невозможно, — но прослужила она мне недолго: теперь уже я сама ее разбила.

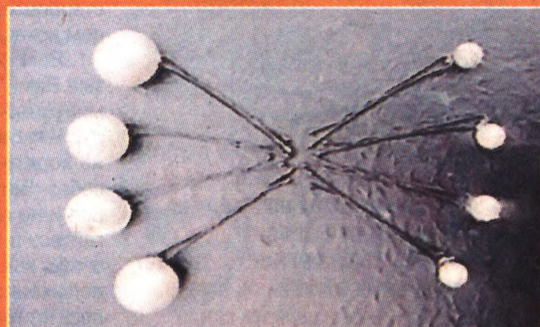
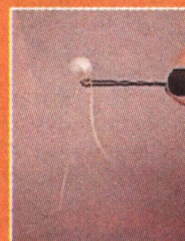
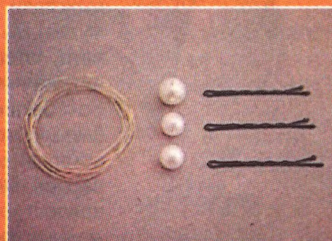
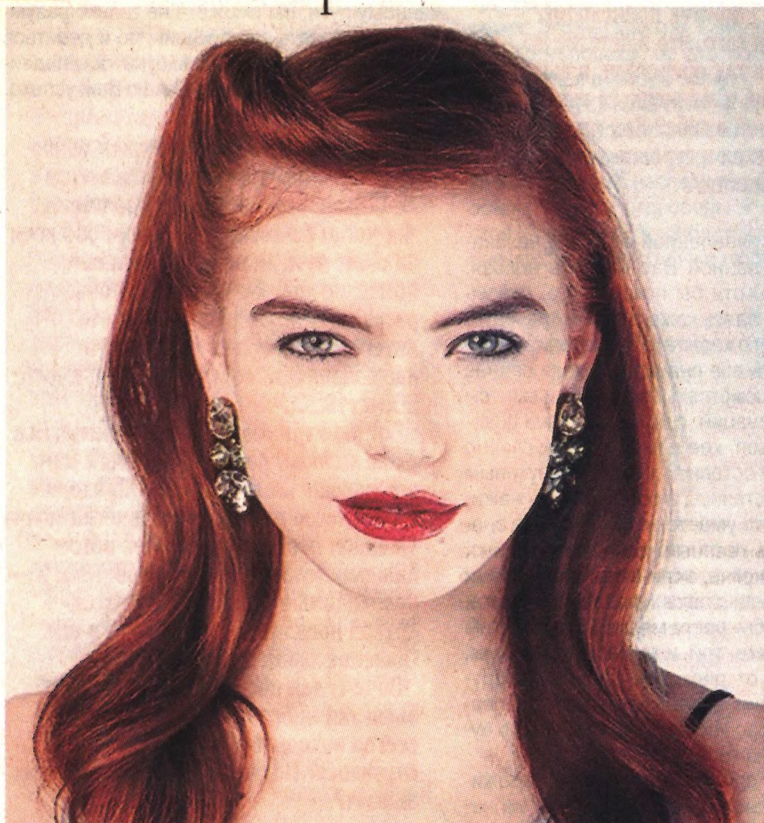
Опять приходится начинать все с нуля, но поскольку с родителей «тянуть» уже нечего (они мне все отдали), я залезла в кредит и обрекла себя практически на полуголодное существование.

С ПСИХОЛОГОМ

ПРИЧЕСКА С РАСЧЕСКОЙ

Нарядная, торжественная и в то же время очень простая прическа, которая не отнимет у вас много времени и сил – то, что нужно для новогоднего вечера.

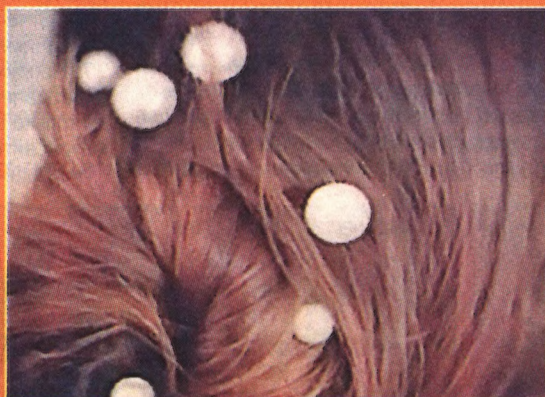
- Разделите волосы на косой пробор и подкрутите височные пряди с помощью стайлера.
- Отделите прядь над лбом, приложите к ней ручку расчески и закрутите прядь вокруг нее, приподнимая вверх образующийся валик из волос.
- Аккуратно вытащите расческу и приколите валик невидимками. Закрепите прическу лаком.



ЖЕМЧУЖНЫЕ НЕВИДИМКИ

Это эффектное украшение для волос подсмотрено в зимней коллекции Шанель. Благодаря ему любой, даже самый банальный, пучок будет выглядеть стильной прической.

Для изготовления украшения вам понадобятся невидимки, леска и жемчужные бусины, желательно разного размера – так они будут выглядеть оригинальнее. Нанижите жемчужины на леску и прикрепите каждую из них к невидимкам. Теперь можно украшать прическу.



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

Волосам зимой для сохранения красоты и здоровья требуются дополнительные меры: увлажнение и обезжиривание.

КОКОС УВЛАЖНЯЕТ

Самый лучший увлажняющий кондиционер для волос на холодное время года — кокосовое масло.

Растопите его в микроволновке до жидкого и чуть теплого состояния, нанесите на сухие волосы на 30 минут — или на всю ночь, если требуется глубокое увлажнение. Обычно требуется от 2 до 5 ст. ложек в зависимости от длины волос. Чтобы масло не выпачкало одежду, перед нанесением накройте на плечи старое полотенце, а потом оберните голову полиэтиленовым пакетом. Полностью смойте масло, для этого придется два, а то и три раза намылить голову шампунем.



Кокосовое масло ближе всего по составу к белкам волос, поэтому проникает глубоко ко внутрь волоса, увлажняя его. Но в итоге после применения кокосового масла вы получите не только увлажненные, но и гладкие, шелковистые, блестящие волосы.

ТЫКВА ОБЕЗЖИРИВАЕТ

Средству, которое мы вам хотим предложить, требуется время для настаивания. Но не переживайте, что оно будет готово только через месяц, ближе к концу зимы проблема жирности волос становится еще актуальнее.

Измельчите горсть подсушенных, но не жареных тыквенных семечек, залейте 0,5 л нерафинированного растительного масла, закройте крышкой и настаивайте в темном месте 30 дней.

Готовое тыквенное масло вотрите в

сухую кожу головы, оберните голову полиэтиленовым пакетом. Через 40-60 минут вымойте голову с шампунем и полностью смойте масло.

Тыквенное масло не только обезжиривает кожу головы, оно питает и укрепляет корни волос.

ЛИМОН И ВОДКА ДОБАВЛЯЮТ БЛЕСКА

Этой маской мы предлагаем воспользоваться в экстренном случае, когда требуется вернуть волосам ухоженный вид и здоровый блеск.

Добавьте к 2 ст. ложкам майонеза 1 ст. ложку водки и 1 ч. ложку лимонного сока, все перемешайте и нанесите на сухие волосы. Оберните голову полиэтиленовым пакетом и оставьте на 30 минут. Затем вымойте голову с шампунем.

Майонез питает волосы и укрепляет их корни. Водка понижает уровень pH и закрывает кутикулы, от чего волосы становятся гладкими и блестящими. Лимонный сок снижает кислотность и еще добавляет блеска.

ЗАКРУЧЕННЫЙ СЮЖЕТ

Оригинальная и элегантная прическа из завитков создается буквально за пару минут, а выглядит просто восхитительно!

- Зачешите волосы назад. Затем начинайте отделять небольшие пряди, начиная с височных, и закручивать их вокруг пальцев, пока они не лягут на голову. Завитки прикрепляйте с помощью шпилек или невидимок.
- **Совет.** Не стремитесь добиться идеальности прически. Наоборот, легкая небрежность придаст ей определенный шарм, загадочность и соблазнительность.



Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

8 Лицом к лицу СМЕНИТЕ МЫЛО

Многие, поддавшись рекламе, все чаще пользуются антибактериальным мылом. Да, оно действительно помогает снизить опасность заражения микробами... летом и весной. Но на зимнем холоде многие вредные микробы и бактерии не выживают, поэтому в использовании жесткого (антибактериального) мыла нет смысла. Зимой коже требуется более щадящее очищающее средство. Сильнодействующие ингредиенты жесткого мыла лишают кожу естественного жирового защитного слоя, что приводит к ее обезвоживанию, шелушению и огрублению.

В холодное время года лучше перейти на жидкое мыло, оно более мягкое и щадящее, но если вы предпочитаете брусковое мыло, выбирайте то, в состав которого входят увлажняющие вещества.



ИДЕАЛЬНОЕ ФОТО

Кто же не любит фотографироваться на Новый год? Но когда вокруг столько блеска и яркого света, меняется даже оттенок кожи. Хотите хорошо выглядеть на праздничных фото? Используйте не только тональный крем, но и корректирующее средство под него. Корректор должен замаскировать недостатки вашей кожи, смягчить оттенок, который могут придать ему блеск мишуры и свет гирлянд.



У людей с голубыми глазами цвет лица становится немного красноватым, поэтому им нужно корректирующее средство с зеленым оттенком, у кареглазых лица становятся желтоватыми, им потребуется средство с лавандовым оттенком. Причем наносить маскирующее средство следует равномерно на всю поверхность лица.

Если вы правильно нанесете тон, время от времени будете использовать пудру, чтобы убрать лишний блеск, подводку для глаз сделаете яркой и интенсивной, а тушь нанесете более толстым слоем, чем обычно, то выглядеть на новогодних фотографиях будете идеально.

И не забывайте смотреть прямо в объектив, тогда на лице получится намного меньше теней.

БЕРЕГИТЕ УШИ

Если ваша шапка не закрывает полностью уши, они могут пострадать от холодного ветра, кожа на них будет шелушиться. Поэтому обязательно наносите на ушные раковины перед выходом на улицу питательный крем и припудривайте их.

Тем, кто не представляет себя без сережек, можно посоветовать надевать их только в помещении, так как металл серег на улице очень быстро остывает до температуры внешней среды, а вместе с ним переохлаждение получают и мочки ушей.



НА ЭКСТРЕННЫЙ СЛУЧАЙ

ОЧИЩЕНИЕ

Какого бы типа ни была кожа, начать лучше с очищающей маски. После нее любая питательная или тонирующая маска будет в два раза эффективнее — в чистую кожу лучше впитается.

● Измельчите в кофемолке 2 ст. ложки овсяных хлопьев в муку, залейте чуть теплым молоком или кипяченой водой, чтобы получилась густая каша, нанесите ее толстым слоем на лицо, а через 10 минут снимите тампоном, смоченным теплой кипяченой водой.

Маска очищает и разглаживает кожу.

● Если в доме есть



свежий огурец, натрите его на терке и, не отжимая, нанесите огуречную кашу на кожу лица и шеи на 10 минут. Смойте прохладной водой.

Маска снимает следы усталости и увлажняет кожу.

Теперь, когда кожа чистая и подготовленная, делайте ту маску, которая соответствует вашему типу кожи.

ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

● Натрите на мелкой терке кусочек очищенной сырой картошки, 1 ч. ложку картофельной массы смешайте с 1 ч. ложкой сметаны, нанесите на кожу на 20 минут. Снимите массу ватным тампоном, за-



Если случай действительно экстренный, и привести себя в порядок надо очень быстро, для экспресс-масок можно использовать самые простые продукты, которые всегда есть в доме. Сегодня мы предлагаем вашему вниманию именно такие маски.

3. ДЛЯ ТОНКОЙ ТАЛИИ И КРАСИВОЙ СПИНЫ

Лягте на левый бок, ноги держите вместе, левую руку вытяните и положите на нее голову. Правую ладонь поставьте перед собой на пол для поддержания равновесия. Держа ноги вместе, поднимите их вверх (см. фото). Задержитесь в крайнем верхнем положении на 1 счет, затем опустите. Продолжайте в течение 30 секунд. Затем смените положение и повторите с другой стороны.

4. ДЛЯ ПОДЯНУТОГО ЖИВОТА

Лягте на спину, поднимите ноги вверх, руки вытяните вдоль туловища, ладони на полу — и. п. Медленно поднимите поясницу и ягодицы вверх от пола (см. фото), задержитесь в этом положении на 1 счет, затем вернитесь в исходное положение. Повторите упражнение в течение 1 минуты.

5. ДЛЯ ТОНКОЙ ТАЛИИ

Поставьте ноги на ширину плеч, руки держите за головой, локти развернуты в стороны. Поднимите правое колено и опустите к нему правый локоть (см. фото). Вернитесь в исходное положение. Продолжайте то же самое в течение 30 секунд, затем сделайте упражнение с другой стороны.

6. ДЛЯ ПЛОСКОГО ЖИВОТА

Лягте на спину, руки и ноги поднимите вверх. Медленно опускайте правую руку и левую ногу до тех пор, пока они не окажутся в нескольких сантиметрах от пола, параллельно ему (см. фото). Вернитесь в исходное положение. Повторите упражнение с другой рукой и ногой. Продолжайте, чередуя движения, в течение 1 минуты.

СПАТЬ, СПАТЬ, СПАТЬ...



В конце года самые длинные ночи, и наш организм воспринимает короткий световой день как приказ впадать в спячку. Конечно, вы можете сопротивляться природному зову, но это не добавит вам ни сил, ни здоровья. Увеличьте продолжительность сна на 2 часа по сравнению с вашим обычным распорядком дня, и вы заметите, что успеваете даже больше, чем обычно, потому что не ползаете, как сонная муха, а двигаетесь бодро и весело. К тому же, долгий сон в темное время суток укрепляет иммунитет, что помогает не поддаваться гриппу и простуде. А в выходной день, если есть возможность, можно вздремнуть и днем.

«ЛЕКАРСТВО» ОТ СТРЕССА

Все знают проверенное десятилетиями «лекарство» от бессонницы: стакан теплого молока перед сном. Многие воспринимают это средство, как снотворное, а оно, вообще-то — успокоительное. Поэтому для него есть и другое применение.

В те моменты, когда вы слишком возбуждены, а надо быстро успокоиться, выпейте стакан теплого молока, неважно, в какое время дня. Если вы на работе, где выпить молока не получится, съешьте кусочек шоколада. А на такой случай держите плитку в своем рабочем столе.

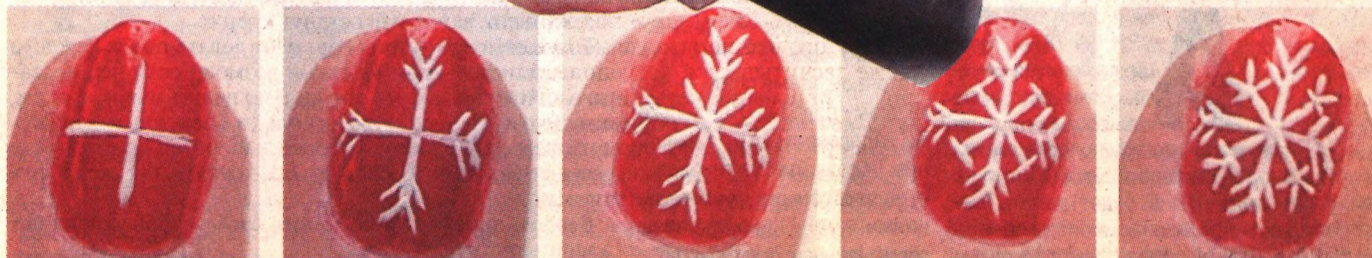


НОВОГОДНИЙ НЕЙЛ-АРТ

Маникюр с новогодними мотивами поднимает настроение, дополняет праздничный образ, делает его неповторимым. В этом году модно рисовать на ногтях снежинки. Этот рисунок настолько тонок и изыскан, что подойдет практически к любому наряду. Основной цвет маникюра выбирайте, какой хотите, а снежинки рисуйте белым, золотистым или черным. Выбирайте для снежинок тот цвет, который будет сочетаться с основными тонами вашего наряда.



Подготовила Галина КРУПЕНИНА



На вопросы читательниц отвечает
кандидат медицинских наук акушер-гинеколог
Вioletta ЗАСЛАВСКАЯ



АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:

394000, Воронеж, Г/п, а/я 537, «Веста»,
«Скажите, доктор...»

Мне поставили диагноз — синдром поликистозных яичников. Какое лечение вы мне порекомендуете и смогу ли я в будущем иметь детей?

Диагноз серьезный, однозначно не ответить, все зависит от индивидуальных особенностей. Чаще всего, если беременность пока не планируется, назначаются контрацептивы. Как только принимается решение о беременности, то гормональная контрацепция отменяется, проводится стимуляция овуляции, а если она не дает результата, то ставится вопрос о лапароскопии.

После аборта мне поставили спираль, но она почему-то сместилась и я забеременела. Аборт больше делать не хотелось бы. Что будет дальше? Возможна ли нормальная беременность и все ли хорошо будет с ребенком? Врачи говорят по-разному.

Нормальная беременность со спиралью возможна, такие случаи бывают. Главное, чтобы после родов она не осталась в матке. Это просто нужно будет проконтролировать.

У меня очень обильные месячные и кровь выходит со сгустками. С чем это может быть связано? Может быть, надо пройти какое-то лечение?

Для начала сделайте УЗИ на 5-7-й день цикла, считая от 1-го. Если при этом исследовании выявятся полипы полости матки или гиперплазия эндометрия, то нужно будет делать выскабливание, а потом лечить в соответствии с данными

гистологического заключения. Если вышеперечисленных проблем не обнаружат, значит, причина в другом (воспаление, эндометриоз, миома). Тогда будет полезно провести противовоспалительное лечение и решить вопрос о начале приема противозачаточных таблеток, так как они всегда сокращают длительность и количество менструальной кровопотери.

Мне 16 лет. Месячные уже 4 года, но длятся они от 10 до 14 дней. Что делать?

Обследоваться у детского гинеколога и получить лечение в условиях стационара на первом этапе, а потом наблюдаться и лечиться амбулаторно.

В 38 лет мне удалили матку и один яичник. Чувствую себя хорошо, но мне сказали, что после такой операции организм женщины быстро стареет. Может быть, мне нужна какая-то гормонотерапия, чтобы замедлить старение? Какая?

Пока Вы не чувствуете на себе признаков «приближающейся старости», живите обычной жизнью и наблюдайтесь у гинеколога, как любая здоровая женщина, не реже одного раза в год. Я не говорю о необходимости правильного питания, давать себе физические нагрузки (фитнес, бассейн), больше гулять и достаточное время спать — это каждому полезно. Как только Вы заподозрите что-то неладное, обращайтесь к гинекологу за подробными рекомендациями и назначением гормональных препаратов.

ДУМАЙТЕ О ЗДОРОВЬЕ И ПЕЙТЕ ЧАЙ



Китайские ученые доказали: у тех, кто регулярно пьет зеленый чай с лимоном, биологический возраст на 5 лет меньше, чем у их сверстников, которые этого не делают. А японские ученые выяснили,

что те жители Хиросимы, которые выжили после рокового взрыва атомной бомбы и смогли выехать в те районы страны, где произрастает и производится чай, и стали регулярно употреблять зеленый чай (без особого фанатизма, но по потребности) смогли не только избежать лучевой болезни, но и значительно укрепить здоровье.

Зеленый чай помог вывести из организма стронций. Тот же зеленый чай, но с шиповником, черноплодной рябиной и медом, приобретает дополнительные свойства, которые помогают выводить из организма человека не только стронций, но и свинец, кадмий, ртуть, как и другие тяжелые металлы, которые попадают в его организм вместе с пищей и водой.

КОФЕ МОЖЕТ БЫТЬ БЕЗВРЕДНЫМ

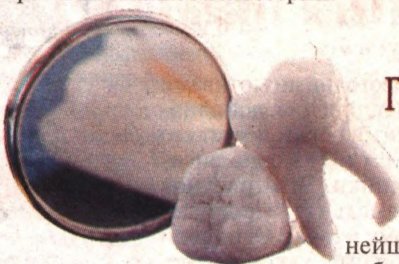
Всем известно, что настоящий свежесваренный кофе восхитительно вкусен. Но! Он повышает уровень холестерина в нашем организме. Как же быть?

Западные ученые обнаружили, что кофе, сваренный в кофеварке с фильтром или в кофемашине в этом смысле вполне безопасен. В отличие от прекрасного на вкус и ароматнейшего кофе по-турецки, который варится в горячем песке, или не менее прекрасного кофе по-венски, сваренного в турке, которые все-таки холестерин повышают.

В чем же фокус? В том, что кофе в кофеварке варится практически моментально (то же самое, кстати, можно сказать и о кофе-эспрессо). А чем дольше молотый кофе подвергается кипячению, то есть контакту с кипятком, тем больше из него высвобождается жирных терпенов и растворяется в напиток, а они-то как раз и повышают холестерин.



КИТАЙСКАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ... ЗУБОВ



Китайцы с древнейших времен умеют побеждать свои недуги необычайно простыми и хитроумными способами.

Например, если каждое утро во время умывания вы будете набирать в рот холодную кипяченую воду, держать ее 3 минуты во рту, а затем медленно, в три приема, глотать, ваши зубы станут крепче.

То же самое китайцы советуют делать после каждого приема пищи. Если же такой возможности нет, достаточно, плотно закрыв рот, сильно надуть щеки, а затем, стиснув зубы, сделать несколько энергичных движений языком. Слюну, которая наберется во рту после этих упражнений, следует проглотить так же, в три приема.

Все эти простые упражнения кроме зубов укрепляют мышцы губ и щек.

ОТВЕТЫ мамам



У меня родился второй ребенок. Старшему сыну 10 лет. По разговорам мамочек я поняла: что-то в вакцинации изменилось. Расскажите, что нового появилось в обычном календаре прививок?

На сегодняшний день основные новшества — это использование пневмококковой и гемофильной вакцины. Начинают ее прививать с трехмесячного возраста, при отсутствии тех же противопоказаний, что и для обычной вакцины. Календарь прививок детей 1-го года жизни регламентируется приказом Министерства здравоохранения РФ от 21 марта 2014 г. N 125.

Скажите, пожалуйста, какую из вакцин лучше выбрать от менингококковой инфекции.

Менинго А+С, Aventis Pasteur (Франция), А+С (Франция) или Менцевакс?

Входит ли эта прививка в национальный календарь прививок?

Должны ли ее делать бесплатно детям не из групп риска?

А также, в каком возрасте лучше вакцинироваться от данной инфекции?

В настоящее время предпочтение отдается вакцине Менинго А+С (Франция), которая содержит лиофилизированные полисахариды менингококков. Именно этой вакциной сейчас проводится вакцинация детей.

Пока она не вошла в обязательный календарь прививок и, соответственно, делается платно. Ее рекомендуется использовать для детей старше двух лет. Обеспечивает Менинго А+С защиту от инфекции на три года. Но применяют ее в группах повышенного риска.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ КАЛЕНДАРЬ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ПРИВИВОК

Категории и возраст граждан, подлежащих обязательной вакцинации	Наименование профилактической прививки
Новорожденные в первые 24 часа жизни	Первая вакцинация против вирусного гепатита В
Новорожденные на 3-7-й день жизни	Вакцинация против туберкулеза
Дети в 1 месяц	Вторая вакцинация против вирусного гепатита В
Дети в 2 месяца	Третья вакцинация против вирусного гепатита В (группы риска) Первая вакцинация против пневмококковой инфекции
Дети в 3 месяца	Первая вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Первая вакцинация против полиомиелита Первая вакцинация против гемофильной инфекции (группы риска)
Дети в 4,5 месяца	Вторая вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Вторая вакцинация против гемофильной инфекции (группы риска) Вторая вакцинация против полиомиелита Вторая вакцинация против пневмококковой инфекции
Дети в 6 месяцев	Третья вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Третья вакцинация против вирусного гепатита В Третья вакцинация против полиомиелита Третья вакцинация против гемофильной инфекции (группа риска)
Дети в 12 месяцев	Вакцинация против кори, краснухи, эпидемического паротита Четвертая вакцинация против вирусного гепатита В (группы риска)

На вопросы отвечала врач-педиатр, кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Расскажите, как передается СПИД. Возможен ли половой контакт с больным СПИДом? Существуют ли какие-нибудь способы защиты от заражения?

В настоящее время пути передачи ВИЧ (вируса иммунодефицита человека, вызывающего заболевание под названием «синдром приобретенного иммунодефицита» — СПИД) хорошо изучены. Известны три пути: при незащищенном половом контакте, через кровь и от матери к плоду (вертикальный путь).

Что касается полового пути передачи, то надо четко понимать, какие формы контакта опасны, а какие нет. Вирус в большом количестве находится в спер-

ме и влагалищном секрете. Таким образом, любая форма проникающего незащищенного контакта может привести к заражению. Соответственно, необходимо пользоваться презервативом постоянно и при любых вариантах контактов. Презервативы должны быть хорошего качества и использоваться правильно. В отношении проникновения ВИЧ через поры презерватива было проведено множество исследований в виде длительного наблюдения за парами, где один из партнеров являлся ВИЧ-инфицированным, а второй — нет, подтвердивших, что презерватив действительно защищает от заражения.

Несколько слов о том, как вирус не передается.

ВИЧ не передается бытовым путем, через белье и общие предметы гигиены, так как гибнет в окружающей среде. Также он не передается через укусы кровососущих насекомых. В бане и бассейне он тоже не передается, так как в воде не живет.

Заражение ВИЧ не происходит при

поцелуях и других тесных телесных контактах с инфицированными людьми. Обятия, ласки, взаимная мастурбация не приводят к заражению. Можно пользоваться одной посудой, спать в одной постели, можно все, кроме прямого контакта «кровь — кровь» и проникающего полового контакта без использования презерватива.

Скажите, пожалуйста, могут ли болеть суставы при гонорее?

Могут, как, кстати, и при других инфекциях: уреаплазменной, хламидийной. Для гонококковых артритов характерно поражение сразу нескольких суставов и мигрирующий характер (то одни суставы, то другие). Как правило, поражаются мелкие суставы кистей, стоп. Артрит может протекать на фоне общей интоксикации с повышением температуры тела, ознобом, слабостью.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

У моего сына, которому всего 19 лет, появился псориаз. Причем, быстро прогрессирующий. Еще в феврале были небольшие язвочки в некоторых местах, а сейчас его кожа — сплошная короста. А ведь он студент, активно занимается спортом, поэтому заболевание приносит ему не только физические, но и моральные страдания. Он вынужден даже в жару ходить в одежде с длинным рукавом, не имеет возможности ни купаться, ни загорать. Кроме того, ему сложно общаться с товарищами, не говоря уже о том, чтобы познакомиться с девушкой. Умоляю вас о помощи! Официальная медицина не особо помогла. Назначили мази «Дайвобет» и «Скин-кап», но, к сожалению, улучшения не наблюдается, а лекарства недешевые.

В подобных ситуациях, когда имеет место впервые развившийся псориаз, наилучшим вариантом является госпитализация в дерматологический стационар (не в дневной, а в нормальный с круглосуточным пребыванием). Во-первых, это хорошая возможность отключиться от повседневных забот и разобраться в себе и своем отношении к сложившейся ситуации. А ситуация такова, что человек должен принять свое заболевание. Без этого дальше двигаться нельзя. Этот процесс гораздо проще проходит в компании людей, имеющих подобные проблемы и определенный опыт жизни с ними. Во-вторых, это режим и диета, а также противовоспалительное лечение, позволяющее значительно уменьшить интенсивность процесса. В-третьих, это возможность, не стесняясь, ходить в течение суток в любом виде: раздетом, намазанном и т. п. Ведь пока человек находится в стрессовом состоянии неприятия своего обсыпанного тела, стыда и дискомфорта в обществе, попытки вести обычный образ жизни, наперекор заболеванию, он будет только сильнее загонять себя в угол и усугублять проблему: псориаз прогрессирует на фоне стресса.

Что касается тех средств, которые были назначены, то они замечательные и весьма эффективные у многих пациентов. Просто при большой площади поражения и в прогрессивной стадии псориаза с них не начинают: это следующий этап лечения.

Практический совет. Идите к дерматологу по месту жительства и просите направление на стационарное лечение. А вот после уже будет более или менее ясно, что за форма заболевания, как реагирует на простые лечебные мероприятия, каковы перспективы и т. д.

В нуку 16 лет. Занимается спортом (футбол, баскетбол). Во время тренировок сильно потеет и покрывается после этого сыпью. Тело чешется. Дерматолог поставил диагноз: «Взрослая потничка». Назначил трихопол, флуконазол, лактофильтрум, метрогил-гель. Это не помогло. К аллергологу не попасть, так как он один на весь район. Напишите, пожалуйста, что у него? Как это преодолеть? Спорт бросать не хочет.

Д ля конкретного разговора сведений недостаточно. Мне нужно знать, как минимум, каков характер сыпи (волдыри, гнойнички и т. п.), в каких местах появляются высыпания (грудь, спина, плечи, голова или по всему телу), как быстро проходят высыпания без лечения?

Если есть возможность, опишите ситуацию более подробно (можно прислать письмо и даже фотографии очагов поражения на наш электронный адрес: info@vesta-m.vn.ru).

Пока могу порекомендовать применение лечебных шампуней (Кето-плюс, Скин-кап, Цинови, Фридерм-цинк). Их имеет смысл использовать и как шампунь, и как гель для душа на грудь, спину, плечи. Активный курс — 3 раза в неделю в течение 1 месяца, затем, если все спокойно, 1 раз в неделю длительно в качестве поддерживающей процедуры. При ухудшении активный курс можно повторить.

А очке 7 лет, но у нее на лице уже появляются черные точки. Расскажите, как правильно в таком возрасте ухаживать за лицом, можно ли мыть его мылом или другими средствами, если можно, то каким, с помощью каких средств лицо очищать. Знаю, что совсем маленьким детям мыть лицо мылом нельзя, а как быть с детками постарше?

В 7-9 лет начинается период активной выработки андрогенных (мужских половых) гормонов, причем как у мальчиков, так и у девочек. Поэтому сальные железы в гормонозависимых зонах начинают на это реагировать. Вот и появляются комедоны (черные точки). Это еще не подростковые угри, а только их предвестники, и они, как правило, проходят.

Для ухода за мордашкой в этот период желательно использовать мягкие очищающие средства в виде гелей или пенки. Выбор их довольно велик как в магазинах, так и в аптеках, а подбирать надо по переносимости: кожа пока не сильно жирная, пересушивать ее не стоит.

Можно использовать средства для очищения, содержащие

мелкие абразивные частицы (типа гелескраб), но без фанатизма: слишком интенсивно их не втирать, чтобы не травмировать нежную детскую кожу.





ПОД ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ДЕДА МОРОЗА?

На протяжении зимних каникул в различных клубах, театрах и Домах культуры проводятся детские утренники — с раздачей подарков и без... Некоторые родители даже запасаются несколькими билетами на разные утренники, чтобы разнообразить досуг и себе, и ребенку. Если вы еще ни разу не были на таком мероприятии, следует учесть несколько важных моментов, прежде чем покупать билеты.

● Если ваш малыш в незнакомой обстановке прячется за маму, вряд ли вы уговорите его водить хоровод с остальными детьми. В этом случае лучше выбрать праздник с детским спектаклем или представлением. Этого будет достаточно. На утреннике можно будет просто поприсутствовать в качестве зрителей. Малыш, который никогда сам не был в хороводе у елки, не будет чувствовать себя обманутым.

● Для малышей-непосед, наоборот, следует взять билеты только на утренник. Спокойно высидеть спектакль, чтобы потом повеселиться на утреннике, им будет тяжело.

● Иногда на билетах пишут, что на праздник можно прийти в маскарадных костюмах. Конечно, переодеть ребенка в полноценный новогодний костюм сложно, потому что в фойе театров, где обычно проводят такого рода утренники, для этого нет условий. Но чтобы ваш ребенок не чувствовал себя ущербным среди детей, наряженных в красочные костюмы, возьмите с собой маску, шляпу, маскарадные очки — какие-то небольшие детали маскарадного костюма, которые поместятся в вашей сумке и не потребуют сложного переодевания.

● Не думайте, что во время утренника за поведением и состоянием вашего чада будут следить Дед Мороз и Снегурочка. Артисты должны отыграть представление, поэтому им некогда отвлекаться на тех, кто вдруг расплачется, испугается, плохо себя почувствует или захочет в туалет.

Если вы с малышом на елке в первый раз, не вздумайте отправить ребенка в хоровод, чтобы самой уйти в буфет или в гардероб за одеждой. Это особенно касается тех мам, чьи дети очень стеснительны или, наоборот, слишком подвижны и активны.

● Абсолютно недопустимо из экономии купить билет только на ребенка и, отправив на утренник одного, остаться ждать его в вестибюле. Даже если вы отправляете на утренник обоих ваших детей, старший из которых учится в начальной школе, вряд ли он сможет в праздничной суете полноценно присмотреть за младшим. К тому же, в этом случае праздник для старшего ребенка не состоится: он будет нянькой.

ПОЗДРАВЛЕНИЕ ОТ РЕБЕНКА

Когда ребенок достигает возраста пяти-шести лет, бабушки, дедушки, дяди и тети ждут от него новогоднего подарка, особенно ценного тем, что он сделан руками самого малыша. Конечно, ребенок без помощи мамы вряд ли смастерит что-то презентабельное, но одно дело помочь ему, и совсем другое — самой за него делать эти подарки. Мы предлагаем вам на выбор несколько идей для детских новогодних подарков. Они очень просты в исполнении, поэтому от родителей потребуются минимальная помощь. И не столько в изготовлении, сколько в подготовке материала.

● Снеговик всегда олицетворяет зиму и Новый год. Помогите ребенку приклеить к картону или куску флиса ватные диски, а дальше — как фантазия подскажет. Просто предложите ребенку на выбор разные материалы, из которых он сможет сделать для снеговика глаза, нос, головной убор, шарф, рукавицы.



● Еще забавнее выглядят человечки, нарисованные на деревянных палочках для мороженого. Для их изготовления понадобятся всего лишь тканевые и меховые лоскутки и фломастеры. С работой над таким подарком ребенок может справиться сам.

ПОДАРОК У ПОРОГА

В раннем детстве все охотно верят, что подарок под елку детям кладет Дед Мороз. Став чуть старше, дети начинают в этом сомневаться, не хотят в праздничную ночь ложиться спать — в надежде либо дождаться Деда Мороза, либо подсмотреть, кто кладет подарок под елку.

Если вы считаете, что вашему ребенку еще не пришла пора разувериться в чудесах, попросите помощи у «лазутчиков».

Договоритесь с соседями или друзьями, отдайте им заранее подарок и пусть они 31 декабря днем оставят его у вашего порога и позвонят в дверь, приложив к подарку записку приблизительно такого содержания: «Дорогой Миша (Виталик, Кириша), извини, что не вручил подарок лично, еще много детей надо обойти, очень тороплюсь. Не болей, слушайся родителей. Твой Дед Мороз».

Вряд ли ребенок догадается, что появление подарка у порога организовали вы. А, главное, получив подарок раньше положенного срока, он займется им, не будет крутиться у вас под ногами и мешать приготовлениям к празднику.



Подготовила
Галина УШАКОВА

ЕШЬ, ПЕЙ И НЕ ТОЛСТЕЙ

Редко кому удастся пережить рождественские каникулы с их постоянным застольем и не набрать пару лишних килограммов. Наш тест поможет вам узнать, почему вы склонны переедать за праздничным столом и как с этим бороться.

1. Какие чувства вызывают в вас приближающиеся праздники?

Предвкушение безудержного веселья: звон хрустальных бокалов — Б.

Желание удивить гостей оригинальным блюдом — В.

Сентиментальность: что за Новый год без салата «оливье», мандаринов и «наполеона»? — Г.

Напряжение: нужно столько всего сделать! — А.

Желание скрыться: все эти гости, пустые разговоры, горы посуды... — Д.

2. Выберите утверждение, которое подходит вам больше всего:

Лучше есть, чем разговаривать — Д.

Все эти салаты, закуски — да кому это нужно? Было бы шампанское, и достаточно! — Б.

Прием пищи — это ритуал: стол с белоснежной скатертью, свечи, приборы, салфетки, неторопливая беседа — В.

Когда я нервничаю, меня спасает холодильник — А.

Когда я ем, то делаю еще что-нибудь: читаю, смотрю телевизор — Г.

3. Какое утверждение лучше всего отражает ваше отношение к еде во время праздников?

Главное, чтобы было что поесть — В.

Голодна я или нет, но если вижу перед собой тарелку с едой, я ем — Г.

Я ем, чтобы чем-то занять руки — Д.

Мне легко удержаться от высококалорийной пищи, пока я не выпью бокал вина — Б.

Я так занята приготовлением еды, что у меня просто нет времени переесть — А.

4. Выберите самое подходящее для вас предложение:

Если я пеку торт, то всегда делаю чуть больше крема, чтобы полакомиться самой — В.

Мне трудно вспомнить, что я ела вчера — Г.

Я всегда заканчиваю есть быстрее всех — А.

Я не могу одновременно есть и разговаривать. Сначала еда, потом беседа — Д.

Мне хочется со всеми поговорить, потанцевать, развлечься, поэтому я всегда ем в конце вечеринок — Б.

5. Что бы вы выбрали на праздничном столе?

Закуски, которые можно есть руками: бутерброды, канапе, корзиночки, маслины и т. д. — Г.

Холодное шампанское и что-нибудь к нему — Б.

То, что можно слизнуть с ложки или намазать на небольшой кусочек хлеба: паштет, пасту, крем, соус — В.

Традиционные угощения: салат, мясо и картошку — А.

Шоколадные конфеты, торт или пирожные — Д.

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

Большинство ответов А

ВЫ ЕДИТЕ, ЧТОБЫ СНЯТЬ СТРЕСС

Постоянное напряжение и волнение значительно повышают ваш аппетит.

ЧТО ПОДСТЕГИВАЕТ ВАШ АППЕТИТ

«Сопровождающие праздники заботы, когда нарушается привычный образ жизни, ведут к сильному стрессу, который вы склонны заедать, особенно если в обычные дни стараетесь придерживаться диеты или рационального питания», — объясняет профессор психологии Д. Киришенбаум.

КАК ОСТАТЬСЯ СТРОЙНОЙ

● Не пропускайте приемов пищи. Если вы, стараясь успеть все, забудете о еде, то проголодаетесь так, что обязательно съедите лишнее. Перед тем, как начать подготовку к празднику, положите на видное место яблоки, бананы, орешки, ржаные хлебцы, крекеры и т. д. и не забывайте время от времени ими лакомиться. Если идете делать закупки к праздничному столу, захватите с собой что-нибудь перекусить, чтобы не соблазниться жареным чебуреком или шоколадным батончиком.

● Гуляйте на свежем воздухе. Ежедневная пятнадцатиминутная прогулка поможет вам снять напряжение и избавиться от лишних калорий.

● Устройте себе «тихий час». Часто усталость и недосып путают с голодом. Нет времени на сон? Закройте дверь, отключите телефон, прилягте, закройте глаза и ровно глубоко подышите. Не вставайте в течение 10 минут. Вы почувствуете себя готовой к новым свершениям.

● Ставьте перед собой реальные цели. Не обречайте себя на неудачу, решая: «В эти праздники никаких сладостей!» или «Я все равно буду придерживаться диеты!» Пусть вашей целью будет умеренность в еде. Вам ни к чему дополнительный стресс из-за чувства вины от того, что не сдержали слово.

● Расслабьтесь и отвлекитесь от забот. Налейте себе чашку чая, посмотрите за окно на покрытые снегом деревья, насыпьте в кормушку семечек и наблюдайте за птичками. Эти маленькие удовольствия потребуют совсем немного времени, но добавят энергии и поднимут настроение.



ТЕСТ

Большинство ответов Б

ВЫ НЕ СТОЛЬКО ЕДИТЕ, СКОЛЬКО ЗАКУСЫВАЕТЕ

Чтобы почувствовать атмосферу праздника и создать соответствующее настроение, вы выпиваете бокал вина. А после еще парочки бокалов не можете удержаться от жирной свинины или пирожного с кремом, которые вам кажутся самыми диетическими продуктами.

ЧТО ПОДСТЕГИВАЕТ ВАШ АППЕТИТ

Застолье с алкоголем. Мало того, что он сам напичкан калориями, он разжигает аппетит и снимает тормоза. В результате, вы съедаете больше, чем хотели и чем нужно.

КАК ОСТАТЬСЯ СТРОЙНОЙ

● Пейте из двух рук. Всякий раз, когда вы намереваетесь выпить очередной бокал шампанского, берите в другую руку большой стакан с минералкой. Отпейте немного шампанского, затем минералки. Так и продолжайте. Такой простой прием поможет вам снизить дозу алкоголя и быстрее заполнить желудок. В результате вы не будете испытывать тяги к напиткам и выпьете в два раза меньше спиртного. Или запивайте каждую порцию алкоголя такой же порцией воды.

● Выпивайте только во время еды, а не до нее. Пища снижает действие алкоголя.

● Сладкие напитки считайте десертом. Если вы пьете ликер или наливку, откажитесь от торта.

Большинство ответов В

ВЫ ЕДИТЕ, ЧТОБЫ ДЕГУСТИРОВАТЬ

Во время приготовления блюда вы не можете его не попробовать. Это плохая привычка.

ЧТО ПОДСТЕГИВАЕТ ВАШ АППЕТИТ

Процесс подготовки большого праздничного застолья.

КАК ОСТАТЬСЯ СТРОЙНОЙ

● Позовите экспертов. Попросите родственников или гостей быть вашими ассистентами. Пусть они снимают пробу и добавляют соль и пряности по своему вкусу.

● Занимайтесь выпечкой в первой половине дня. Большинству людей труднее удержаться от лакомого кусочка именно в вечерние часы.

● Замораживайте полуфабрикаты. Если вы готовите что-то, что можно разделить на порции, попробуйте заморозить часть подготовленного полуфабриката. Когда захотите снова приготовить его, вам нужно будет его разморозить, а значит, придется точно определить, сколько готовить.

Большинство ответов Г

ВЫ ЕДИТЕ ИМПУЛЬСИВНО

Вы привыкли есть на ходу: выбираете блюда, легкие в приготовлении и аппетитные на вид, не задумываясь о последствиях.

ЧТО ПОДСТЕГИВАЕТ ВАШ АППЕТИТ

Доступность еды (фуршет, шведский стол, тарелочка с печеньем на столе у коллеги). Вид еды разжигает ваш аппетит. Вам нужно помнить о поговорке «С глаз долой — из сердца вон» и переносить ее на съестное.

КАК ОСТАТЬСЯ СТРОЙНОЙ

● Не приближайтесь к еде на опасное расстояние. Если вас пригласили на фуршет, то после того, как вы положили себе на тарелку бутерброды и закуски, отойдите подальше от стола и найдите собеседника. Приятная беседа не позволит еще и еще ходить за добавкой.

● Устраивайте перерывы. Попробуйте класть вилку на стол всякий раз, как проглотите очередной кусочек. Ваши действия будут более осознанными. Чтобы избежать бессознательного поглощения всего, что можно съесть, попытайтесь действовать левой рукой, если вы правша, и правой — если левша.

● Ведите учет съеденного. Исследования показывают, что люди, которые ежедневно учитывают все, что они съели за день, набирают меньше веса, а за время праздников даже теряют его.

● Не оставляйте еду на завтра. Лучше заверните все соблазнительные кусочки и предложите гостям забрать их с собой.

● Контролируйте аппетит на работе. Когда коллега протягивает вам тарелку с печеньем или конфетами, объявите публично: «Я съем всего две штучки».

Большинство ответов Д

ВЫ НЕ ОБЩАЕТЕСЬ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ

Если вы застенчивы от природы, вечеринка для вас может быть пыткой. В этом случае еда помогает вам найти себе занятие, чтобы не общаться.

ЧТО ПОДСТЕГИВАЕТ ВАШ АППЕТИТ

Желание казаться занятой едой, чтобы к вам не обращались с вопросами, не вовлекали в беседу.

КАК ОСТАТЬСЯ СТРОЙНОЙ

● Выбирайте пищу, которая требует предварительной подготовки к употреблению. Апельсины, креветки, орехи не только низкокалорийны, но и требуют много времени, чтобы их очистить и съесть. Таким образом, вам будет чем заняться, но в то же время вы не переборщите с едой.

● Держите в руке вместо вилки бокал. Если вы не знаете, чем занять руки, отложите нож и вилку в сторону, а вместо них возьмите в руки бокал с минералкой и старайтесь не ставить его на стол. Когда одна рука у вас будет занята, вам труднее будет дотянуться до еды.

● Перепрограммируйте свои установки. Если вы неловко себя чувствуете в компании, попробуйте мысленно представить себе, что вы какая-нибудь знаменитость, и ведите себя так, как вела бы себя на этой вечеринке она. Попробуйте сыграть эту роль, и вы сами не заметите, как вживетесь в нее и станете уверенной в себе женщиной. Хотя бы на вечер. А главное, вы забудете о еде.



ЛИПА СЕРДЦЕВИДНАЯ, или обыкновенная

Tilia cordata Mill

улиц, непригодным ни для лечения, ни для чая.

Правильно собранное сырье без промедления сушат на воздухе в тени, в проветриваемых помещениях, расстелив тонким слоем на чистой подстилке. Не следует пересушивать соцветия, чтобы с них не осыпались цветки.

В научной и народной медицине соцветия липы назначают как потогонное средство для предупреждения и лечения простудных заболеваний. Они входят в состав потогонных сборов. Липовый настой обладает и бактерицидными свойствами, поэтому он эффективен в виде полосканий полости рта при различных воспалительных заболеваниях и при ангине (добавляя на 1 стакан теплого отвара 5 г пищевой соды).

Превосходным лекарственным средством является липовый мед. Как и липовый чай, он эффективен при простудах и многих других болезнях.

Липовый цвет издавна был известен на Руси как кровоочистительное, болеутоляющее, успокаивающее, мочегонное средство и применялся при ревматизме, подагре, болях в животе, почечных и печеночных коликах.

● При простуде для усиления потогонного действия рекомендуется настой: 10 г (3 ст. ложки) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 1 стаканом горячей кипяченой воды, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане 15 минут, дают настояться при комнатной температуре в течение 45 минут, затем процеживают, оставшееся сырье отжимают, а объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 1 стакана. Настой хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают в горячем виде по 1-2 стакана 2-3 раза в день после еды как потогонное, мочегонное и противомикробное средство. С той же целью 2 ст. ложки соцветий заваривают, как чай, в 2 стаканах кипящей воды, кипятят 10 минут, процеживают и выпивают на ночь в горячем виде 2-3 стакана.

● Как потогонное, противоязвенное, десенсибилизирующее, стимулирующее регенерацию мягких тканей и работоспособность организма применяется отвар: 1 ст. ложку липового цвета заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на самом слабом огне 30 минут, процеживают и пьют, как чай.

● При гриппе и простуде взять 2 ст. ложки смеси равных частей липового цвета и сушеных плодов малины на 1 стакан кипятка, кипятить 5-10 минут, процедить. Выпить горячим в один прием.

● При сильных нервных расстройствах, неврозах, частых обмороках и судорогах наполнить банку рыхло доверху свежесушенными соцветиями, залить водкой до самого верха, настаивать 2-3 недели. Процедить и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день, а перед сном увеличивать дозу до 1 ст. ложки.

Внимание! Лежалый липовый цвет не дает нужного эффекта.

● Детям, страдающим судорогами, полезнее давать свежий липовый сок, собранный, как березовый, ранней весной в начале сокодвижения.

● Порошком из плодов липы останавливают кровотечения из носа и ран.

● При мастите, язвах, ожогах, геморроидальных узлах и опухших суставах эффективны болеутоляющие и противовоспалительные припарки: 3-4 ст. ложки листьев липы обварить кипятком, завернуть в марлю и положить на больное место.

● При болезненных геморроидальных узлах их полезно смазывать свежим липовым соком или делать компрессы на пораженные места из свежего липового луба — подкоркового слоя древесины.

● При вздутии живота и поносе принимают внутрь по 3-4 ч. ложки липового угля: высушенные ветки липы сжигают на костре или в печке, выбирают уголь и толкут его в пыль.

● При лечении туберкулеза принимают по 1 ч. ложке угля, разведенного козьим молоком.

● При выпадении волос 8 ст. ложек липового цвета заливают 0,5 л горячей воды и кипятят 20 минут, сняв с огня, дают настояться 40 минут, затем процеживают и используют для мытья головы.

Долго принимать липовые настои и отвары нельзя, так как может снизиться острота зрения. А тем, у кого имеются проблемы с сердцем, их лучше не принимать вообще.

Лилия ГЛЕБОВА



Липа — крупное всем хорошо известное дерево из семейства липовых со стройным стволом высотой до 25 метров и широкой кроной.

Кора коричневая, на молодых стволах и ветвях — гладкая, на более старых — с бороздчатыми трещинами верхнего слоя. Обладает хорошо развитой корневой системой с глубоко проникающим стержневым корнем, благодаря чему ветроустойчива. Липа отличается поздним распусканием листьев — в конце мая и даже в июне.

Цветки желтовато-белые, ароматные, диаметром до 1 см, собраны по 3-15 в щитковидные соцветия, снабженные желтовато-зеленоватым прицветным листом ланцетной формы, до половины своей длины сросшимся с осью соцветия. Цветет липа в конце июня — июле, цветение продолжается 2-3 недели. Опыляют цветки насекомые, плоды созревают в сентябре, но осыпаются с деревьев зимой, когда деревья стоят уже голые.

Липа — прекрасный медонос. В местах, где ее много, одна пчелиная семья за сутки может заготовить до 5 кг липового меда, который высоко ценится как лекарственный продукт.

Липовые соцветия (липовый цвет) издавна на Руси служат суррогатом чая. Ими ароматизируют спиртные напитки.

Сырьем, имеющим товарное название «Цветки липы», или «Липовый цвет», являются соцветия, собираемые вместе с прицветным листом. В них содержатся эфирное масло, каротин, флавоноиды, сапонины, аскорбиновая кислота и другие вещества.

Собирают липовый цвет во время полного распускания цветков. Период сбора непродолжительный, потому что цветет липа всего 10-20 дней. Желательно срезать или срывать отдельные соцветия, чтобы не наносить урон деревьям.

ВНИМАНИЕ! Заготовку липового цвета ни в коем случае нельзя вести на городских улицах и в придорожных насаждениях. Загрязненность воздуха выхлопами двигателей автотранспорта делает сырье, заготовленное у дорог и в посадках на





Известная всем сосна обыкновенная растет везде. Ее можно встретить и на Севере, и в южных широтах. Кроме нее, есть множество видов и разновидностей, например, японские — сосна красная, сосна белая; сибирский вид — сосна кедровая; американский — сосна Веймутова. Есть еще сосна тяжелая, желтая, горная, погребальная, сосновый и кедровый стланник и т. д. Любители экзотических видов могут посадить на своем участке модные сегодня разнообразные сосны.

НУЖНА ЛИ ВАМ СОСНА?

Сосен на участке не должно быть много — достаточно 1-3 деревьев.

● **Сосна красная** растет в Японии. Имеет тонкие длинные иглы. Молодые побеги окрашены в сизо-зеленый цвет, старые бывают красными. Дерево красивое и оригинальное. Высоким не растет. В нашей стране в средней полосе может подмерзнуть в суровые зимы.

● **Сосну белую**, или мелкоцветную, культивируют в Японии. Она легко поддается формированию. Ее используют при создании садовых и комнатных бонсаи, высаживают в японских садах. В нашей стране ее можно выращивать только на крайнем юге, где нет жарких ветров летом и суровых морозов зимой.

● **Сосна горная** — одна из самых выносливых сосен. Растет на разных высотах, не боится ни жары, ни морозов, ни ветров. Дерево низкорослое, имеет вид компактного куста. Это — медленно растущее дерево или компактный стланник, прижатый к земле. Стелющиеся формы бывают высотой всего 40-70 см.

● **Сосна кедровая**. Ее ошибочно называют кедром, но настоящий кедр растет в Карпатах и Альпах, а тот, что встречается в Сибири, — кедровая сосна. Это очень долговечное дерево плодоносить начинает после 40-50 лет, и его среднего размера шишки несут съедобные орешки. От сосны обыкновенной отличается хвойными очень мягкими иглами длиной 10-12 см.

● **Сосна обыкновенная** и большинство других видов имеют в пучке 2 хвоинки, кедровая сосна — 5. Тонкие изящные веточки унизаны этими пучками как полураскрытыми веерами. Такие веточки прекрасно оживляют букеты и Ikebаны. Сосна вынослива и морозостойка, растет на супесчаных почвах и не переносит высоко-

кого залегания грунтовых вод.

В больших садах и дендропарках ее высаживают в виде аллей и куртин. В приусадебных садах дерево можно держать под обрезкой и прищипкой. Тогда у него формируется плотная крона и невысокий ствол.

● **Стланник кедровый** сформировался под действием сильных морозов, ветров и навалов снега. Прижатый к земле, он стелется компактными кустами с плотной кроной. Очень вынослив, но хорошо растет только на супесчаных почвах и не любит высокого залегания грунтовых вод.

Его охотно высаживают в куртинах среди камней и других растений. Встречаются разновидности с сизо-голубыми иглами.

● **Сосна Веймутова** относится к быстрорастущим деревьям. У себя на родине она достигает высоты 30-40 метров. Ее крона вначале широко-пирамидальная, затем становится округлой и раскидистой. Иглы, мягкие и длинные, собраны в пучки по 5 штук, они темно-зеленые с продолжными серебристыми полосками на обратной стороне.

Веточки Веймутовой сосны хорошо сочетаются с мелкими цветками в букетах, так как пучки ее хвоинок похожи на маленькие ажурные веера.

Сосна Веймутова достаточно устойчива против жары и морозов. Она может успешно расти в средней полосе нашей страны. Ее высаживают в городских садах и дендропарках.

При помощи обрезки и постоянной прищипки можно сформировать низкорослое деревце с плотной компактной кроной. Плодоносить оно начинает после 15-17 лет. Шишки длинные, до 15 см, и узкие, до 2,5-3 см, похожи на шишки обыкновенной ели.



Торф широко применяется для выращивания растений. Благодаря своей пористой структуре он улучшает механический состав земляных смесей, делает их более легкими, воздушными, удерживающими влагу. Землесмеси широко применяют как при выращивании рассады овощей и цветов, редких растений в комнатном цветоводстве, так и в заполнении посадочных ям.

При выращивании клюквы в открытом грунте, например, торф перемешивают с землей в количестве 50 х 50. Его используют при выращивании некоторых видов рододендрона и азалий.

Торф незаменим для приготовления компостов из растительных остатков и навоза животных. Но не всякий торф пригоден на все случаи жизни. Есть два вида торфа: низовой и верховой.

● **Низовой торф** — черного цвета, он хорошо разложился и имеет нейтральную реакцию. Применяется более широко, чем верховой.

● **Верховой торф** — бурого цвета, в его составе много волокон и растительных остатков, он имеет кислую реакцию. Применяется в случаях, когда нужна кислая почва: для выращивания гортензии, вереска, эрики, некоторых видов рододендронов, голубики, клюквы и других растений.



Мои прекрасные ирисы с годами стали плохо цвести. Что сделать с ними, чтобы вернуть им пышное цветение, которое было прежде?

Необходимо точно знать причину, по которой это произошло. А их может быть несколько.

— Иногда после суровых зим вымерзают цветковые почки. В этом случае необходимо тщательно ухаживать за растениями:рыхлить почву, поливать и обязательно подкармливать калийными и фосфорными удобрениями, а поздней осенью на корневища набрасывать сухие листья.

— На силу цветения влияет и недостаток света. Возможно, с годами ветки растущих рядом деревьев стали создавать тень. В этом случае ветки следует укоротить.

— Старение куста. Если кусты ириса не выкапывали несколько лет (более 6-7), их цветение затухает. Если и следующей весной ирисы не зацветут, то в конце августа следует выкопать кусты и разделить их — на каждой деленке должно быть 2-3 хороших цветковых почки — и посадить на новом хорошо освещенном солнечном месте.

Подготовила Елена Фролова

Комнатные растения

КАК СПАСТИ ЗАМИОКУЛЬКАС

Я столкнулась с проблемой. У меня есть растение замиокулькас. Он прекрасно рос, часто давал новые листья, но потом черешки у листьев начали сморщиваться. Сначала я замечала это лишь на старых листьях. Я решила, что это нормально. Но вскоре стали сморщиваться и молодые листья. Я знаю, что это растение накапливает воду, как кактус, поэтому поливала его нечасто и не очень обильно. Когда листья сморщились, начала интересоваться причиной. Во всех источниках пишут, что это происходит при недостатке влаги. Я начала поливать цветок чаще, и сначала листья даже немного расправились. Но потом снова сморщились. Я поливаю, а листья не восстанавливаются, а желтеют. Подскажите, пожалуйста, может, я что-то делаю не так. Или это нормальное состояние замиокулькаса в осенне-зимний период? Растение у меня с прошлого марта, и я не знаю, как оно ведет себя зимой. Пожалуйста, помогите, а то, боюсь, скоро погибнет мой любимец.

Можно однозначно утверждать только одно: состояние Вашего питомца не является для него нормальным ни в какое время года. На первый взгляд, можно назвать две очевидные причины сморщивания и пожелтения листьев у растения. Изначально причиной потери тургора (упругости листьев) послужила чрезмерная сухость земляного кома. Поливают замиокулькас, действительно, редко, но обильно! При обильном поливе влага накапливается в мясистых клубнях и листьях, что позволяет растению дожить без потерь до следующего полива. Если же полив редкий и скудный, запастись растению нечего, и оно начинает использовать влагу из клубней и стеблей, что и приводит к их сморщиванию. Кстати, после коррекции режима полива листья не восстанавливают форму полностью.

Причиной повторного ухудшения состояния замиокулькаса, вероятнее всего, является переувлажнение. Резкое изменение режима полива и накопление избыточной влаги в

почве привело к загниванию нежных корней растения. Старые корни погибли, а новые не выросли. В связи с чем растение, находясь в очень влажной среде, тем не менее, испытывает сильный дефицит влаги, и вновь «добывает» ее из стеблей и клубней, что, в свою очередь, приводит к их сморщиванию. Избыточное увлажнение для замиокулькаса очень опасно, особенно если оно длительное. Корневая гниль, уничтожив корни растения, перекидывается на клубни. Загнившие клубни становятся мягкими и водянистыми, листья желтеют и опадают, и спасти растение уже невозможно.

Пожелтение листьев на Вашем растении может быть связано с поражением его клубней гнилью. В любом случае, Ваш замиокулькас нуждается в срочной пересадке, невзирая на сезон.

Выньте растение из горшка, стряхните весь грунт с клубней и внимательно их осмотрите. Очень важно как можно тщательнее уда-

лить грунт с клубней. Если при этом отвалились корни растения, значит они полностью сгнили. Здоровые корни замиокулькаса очень прочные, их не так-то просто оторвать от клубня. По результатам осмотра клубней и оставшихся корней примите решение о сохранении растения. Если корней осталось мало, а клубни мягкие и водянистые, выбрасывайте растение целиком. Даже если часть клубня твердая, она все равно в ближайшем будущем сгниет. Если же клубни растения твердые, или слегка вялые, пересадите замиокулькас в свежий субстрат для кактусов и поливайте первое время с осторожностью. Пожелтевшие листья лучше срезать, но не у самого клубня, а чуть выше, оставив небольшой пенек. Это уменьшит риск занести инфекцию в ослабленные клубни. Когда листья перестанут сморщиваться, а растение начнет выбрасывать новые, переходите к редкому, но обильному поливу.



Моя подруга очень любит цветы. В последнее время она увлеклась орхидеями. У нее их много и постоянно какие-нибудь цветут. Я равнодушна к цветам, но поскольку подруга пригласила нас с мужем встретить у нее Новый год, я решила подарить ей красивую дорогую орхидею — из тех, что у нее нет. Договорилась в цветочном магазине, расположенном недалеко от дома, чтобы к празднику они привезли мне цветок. Я точно знаю, что этот магазин работает 31 декабря. Подскажите, пожалуйста, как мне лучше поступить: купить цветок заранее и отвезти его подруге из дома, или забрать по дороге в гости 31 декабря непосредственно из магазина. Я знаю, что цветы, как животные, привыкают к дому, не будет ли вреда, если несчастное растение за несколько дней переедет трижды, да еще и по морозу (в нашем регионе холодные зимы). Боюсь, что от такого стресса оно погибнет, а подруга расстроится. Подскажите, как мне лучше поступить.

Вы совершенно правы, тропические орхидеи — нежные и капризные создания, которые плохо переносят наш суровый климат, а многократные путешествия по морозу, даже в хорошей упаковке, если и не убьют красавицу, то абсолютно точно негативно скажутся на продолжительности текущего цветения и наступлении следующего. Исходя из этого, везти орхидею лучше не-

посредственно из магазина сразу же «на постоянное место жительства». Продавцы в цветочных магазинах люди опытные, и знают, как упаковать растение в мороз, но даже при этом перевезти орхидею зимой, особенно в местности с холодным климатом, лучше не в общественном транспорте, а на машине. Правда, в новогодний праздник стоимость транспортировки орхидеи может оказаться

выше, чем ее цена, но зато с гарантией уберечь цветок от заморозжения. Если же Вы все же решите ехать общественным транспортом, обязательно предупредите продавца об этом, чтобы он использовал при упаковке чуть остывшую соляную грелку или бутылку с теплой водой.

Кроме того, есть еще один аргумент в пользу приобретения орхидей непосредственно 31 декабря. В мага-

зин растение привезут заранее, и если оно подмерзло при транспортировке до магазина, ко дню покупки это будет уже понятно по внешнему виду. Конечно, в таком случае Вы не сможете порадовать подругу желанным подарком, но это лучше, чем, отдав немалые деньги, в день праздника выяснить, что растение испорчено.

ЗИМНЯЯ ПЕРЕСАДКА?

Подскажите пожалуйста, можно ли сейчас, зимой, пересадить растения. Я знаю, что зимой пересаживать не рекомендуют, и всегда пересаживаю весной, в крайнем случае осенью. Весной была занята, не успела, а осень проболела. Получается, что мои растения два года сидят в одной земле. Я переживаю за них. Как лучше поступить?

Зимой растения без крайней нужды не пересаживают. Два года, конечно, долгий срок, но не критичный. Ваши питомцы, если они хорошо себя чувствуют, вполне могут потерпеть до весны. Если Вы считаете, что они голодают, удобряйте их раз в две неде-

ли, используя универсальную подкормку, разбавленную в два раза по сравнению с рекомендованной на упаковке дозой. Если Вы видите, что какие-то растения страдают от тесноты, например, пластиковые горшки деформировались от корней, или корни вылезли в

нижние отверстия на приличную длину, попробуйте осторожно перевалить растения в горшки большего размера и досыпать свежего грунта, но не счищайте старый грунт и не тревожьте корни. Если растение не вызывает признаков стеснения и недостатка минеральных веществ, но Вы все равно опасаетесь, что оно голодает, осторожно удалите верхний слой почвы в горшке и насыпьте свежий грунт. Такие меры позволят Вашим питомцам дожить до пере-



садки во вполне комфортных условиях и сохранят Вам нервные клетки.

ЛИСОХВОСТ

Недавно я побывала в гостях у большой любительницы комнатных цветов. Чего у нее только нет! На кухне висел горшок с растением, которое цвело красными мохнатыми кисточками, похожими на гусениц. Я так его нахваливала, что ушла домой нагруженная отростком и бумажкой с названием этого милого цветочка. Беда в том, что бумажку я благополучно потеряла, а названия, конечно, не помню. Могу только сказать, что росло оно в подвесном горшке, кустик пушистый, листики по форме похожи на березовые, цветет ярко-красными пушистыми сережками. Давая мне отросток, знакомая сказала, что в уходе растение неприхотливо, растет быстро, цветет часто. Подскажите, пожалуйста, как называется это чудо, и что мне с ним дальше делать: признаться знакомой, что потеряла ее листок, не могу. Пока что растение стоит в стаканчике с водой и потихоньку обрастает корнями. Кстати, его красивые цветочки опали. Это нормально? Заранее спасибо.



сальным или удобрением для декоративно цветущих растений. Пропорции указаны на упаковке удобрения. Если акалифа у Вас приживется, через год ее надо пересадить. Обычно ее пересаживают весной, в начале периода активного роста. В период цветения желательно не пересаживать. Для пересадки подойдет универсальный грунт для комнатных растений.

По окончании цветения перед периодом покоя побеги акалифы обрежьте, оставив стебли длиной 20-25 см. После обрезки растение начнет наращивать новые побеги, поэтому в это время ему необходима высокая влажность воздуха. Не забывайте опрыскивать акалифу.

Размножают акалифу в основном черенкованием. Для этого можно использовать оставшиеся после обрезки части побегов. Их нарезают на черенки длиной по 10-15 см и высаживают в небольшие горшочки с легким питательным грунтом, накрывают полиэтиленовой пленкой или прозрачной банкой и выставляют на светлое место. Для более быстрого укоренения используют нижний подогрев. По мере роста растений их пересаживают в емкость побольше. Можно укоренить черенки и в стакане с водой, но это ослабит их.

Акалифа — неприхотливое и очень декоративное растение. При должном уходе может стать настоящим украшением дома. Чтобы Ваши черенки не ослабли и не вытянулись, посадите их в грунт как можно скорее. Опадение цветков с Ваших побегов совершенно нормальное явление, это реакция на отделение от материнского растения и смену условий.

Судя по описанию, полученное Вами растение похоже на акалифу, или лисохвост. Оно относится к семейству молочаев, родина этого растения — тропическая Африка. В уходе акалифа действительно неприхотлива, а цветет с ранней весны до поздней осени. Из письма понятно, что Ваше растение еще не высажено в грунт. В этом случае первое, что Вам следует сделать, приобрести подвесное кашпо и универсальный грунт для комнатных растений. Посадите растение в горшок и начинайте ухаживать.

В первую очередь определитесь с размещением горшка. Акалифа любит яркий свет, но без прямых солнечных лучей. Зимой кашпо можно подвешивать поближе к окну, а летом — напротив окна в глубине комнаты, куда не доходят прямые солнечные лучи.

Второй важный момент — температура содержания. Акалифа теплолюбива. Летом в

период активного роста и цветения оптимальная для нее температура — 25-27°. Зимой предпочтителен интервал 17-19°. Она плохо переносит длительное пребывание при температуре ниже +15°.

Влажность воздуха в помещении с акалифой должна быть высокой, поэтому чаще всего ее размещают на кухне. В период активного роста растение опрыскивают. Во время цветения лучше опрыскивать воздух вокруг, стараясь не попадать на цветки. Зимой опрыскивать растение можно только при температуре воздуха выше 18°.

Акалифа любит обильные поливы. Почва всегда должна быть чуть влажной, но не мокрой. В зимнее время полив сокращают, а поливают растение по мере подсыхания верхнего слоя почвы. Старайтесь не пересушивать акалифу, особенно в период цветения.

Подкармливайте растение летом универ-

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА

сегодня мы предлагаем вашему вниманию несложные в приготовлении, красивые и недорогие блюда к новогоднему столу.

При сервировке стола можно использовать любую посуду, но на столе должно быть что-то из дерева: ваза, солонка, хлебница, салатницы или хотя бы ложки для салатов. Не забудьте про свечи! Поставьте три свечи: зеленую, синюю и белую. В середине стола расположите блюдо с зеленью, а на него поставьте фигурку козочки или овечки.



ЗАКУСОЧНЫЙ РУЛЕТ-ЖЕЛЕ

Порежьте маленькими кубиками 2 отварные моркови, 4 небольшие картофелины, 2-3 яблока (сбрызните их лимонным соком, чтобы не потемнели), 200 г ветчины, добавьте 200 г отваренного замороженного зеленого горошка и перемешайте.

Приготовьте желе: распустите 20 г желатина в стакане куриного или говяжьего бульона. Смешайте 6 ст. ложек майонеза с 3 ст. ложками сметаны, посолите, добавьте по вкусу черный перец и горчицу, желатин, перемешайте, вылейте в порезанные овощи и еще раз перемешайте.

Форму для рулета застелите пищевой пленкой так, чтобы края пленки свисали. Выложите в форму половину массы, затем разложите в ряд сваренные вкрутую очищенные яйца, а сверху оставшуюся массу. Разровняйте ее и полностью закройте пленкой. Несколько раз несильно стукните формой о стол, чтобы в рулете не осталось пустот. Поставьте на ночь в холодильник.

Перед подачей отверните верхний край пленки, осторожно переверните рулет на блюдо и снимите пленку. Готовый рулет украсьте цветами из вареной моркови, паприки и зеленым петрушкой.



САЛАТ «РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ЕЛКА»

Выложенный горкой, этот салат действительно напоминает украшенную игрушечную елку.

150-200 г рукколы вымойте, обсушите и порежьте. К ней добавьте семена 1 граната, 5-7 порезанных ягод красного винограда, очищенные от пленок и разрезанные пополам дольки 2 мандаринов, 1 небольшую порезанную мелкими кубиками луковицу, 0,5 стакана крупно порубленных грецких орехов, сушеные клюкву, вишню, кумкваты. Кроме этого, в салат можно добавить либо порезанные грушу и яблоко, либо авокадо, сладкий перец и консервированную кукурузу. Чем больше вы добавите ярких разноцветных фруктов и овощей, тем красивее будет «елка».

Для заправки смешайте 2 ст. ложки яблочного уксуса, 1 ч. ложку жидкого меда, по щепотке острого красного перца, молотого кориандра и куркумы, посолите и поперчите по вкусу. Заправьте салат, хорошенько перемешайте и выложите в неглубокий салатник горкой. Вершину украсьте звездой из поджаренного в тостере хлеба.



САЛАТ «ШИШКА»

Классический рецепт салата «Шашка» — это сырная паста из 250 г сливочного сыра, по 100 г тертого мягкого сыра с перцем и чеддера, очень мелко порезанного острого перца (можно заменить паприкой) и 50 г порезанных колбасок пипперони или зажаренного до хруста и раскрошенного бекона. Все это надо смешать, добавить по желанию немного майонеза и поперчить.

На блюде чисто вымытыми руками сформируйте из пасты две «капли». Начиная с узкого конца, воткните в пасту хорошо обжаренный миндаль, чтобы получились «шашки», обычно на это уходит около 1,5 стакана миндаля. Веточки розмарина будут выполнять роль хвои. Подавайте салат с крекерами.

Таким же образом вы можете оформить любой пастообразный салат — «еврейский» или «крем-брюле».



САЛАТ С МАКАРОНАМИ

Он выглядит, как картинка, необычен и приятен на вкус. Раскладывать его по тарелкам надо, захватывая все составляющие, или перед употреблением перемешать.

Отварите макароны-спиральки в подсоленной воде, смешайте их с натертым на терке цуккини, очень тонко порезанным красным сладким перцем и зеленым луком. Застелите блюдо листьями салата, выложите в центре горкой кубики сыра, затем по кругу ломтики свежего помидора, потом порезанную соломкой салями и, в последнюю очередь, макароны, заправленные соусом «винегрет» — смесью из растертого с сахаром, горчицей и солью вареного желтка и растительного масла.



РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ВЕНОК

Очень празднично выглядит блюдо с закуской, выложенной на маленькие печенюшки из песочного теста. Все вместе они напоминают рождественский венок в бело-зелено-красных тонах.

Разотрите пачку размягченного сливочного масла или маргарина с 1 яйцом, добавьте соль по вкусу и 2/3 стакана сметаны, всыпьте 3 стакана муки и замесите тесто. Испеките небольшие круглые или продолговатые печенюшки, выпустив тесто из кондитерского мешка, и остудите.

Разложите печенье по кругу на блюде, сверху выложите крем, взбитый из 250 г сливочного сыра, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложки очень мелко рубленой зелени укропа и измельченного зубка чеснока. Украсьте печенье смесью измельченных продуктов, сочетающих зеленый и красный цвета: отварной брокколи, черешков сельдерея, печеного сладкого перца, измельченной зелени, свежего помидора и красной рыбы.

ЛОСОСЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С САЛЬСОЙ

На противень, застеленный пекарской бумагой, выложите на расстоянии 3 см друг от друга отрезки толстой белой нитки длиной 30 см. Поверх ниток уложите филе любой красной рыбы кожей вниз, посолите его, поперчите.

Для сальсы смешайте 1 стакан рубленой зелени петрушки, 0,5 стакана мелко порезанного зеленого лука, 1/3 стакана мелко порезанного свежего укропа, 1 мелко порезанную красную луковичку, 1 мелко порезанный красный горький перец, измельченный зубок чеснока, 1 ст. ложку горчицы с зернами, 1 ст. ложку лимонного сока, 2 ст. ложки растительного масла и соль по вкусу. Две трети этой смеси разложите ровным слоем на филе рыбы, сверху аккуратно уложите второе филе кожей вверх, посолив и поперчив его, смажьте кожу растительным маслом. Плотно свяжите рыбу нитками, но так, чтобы они не врезались в филе. Запекайте рыбу в предварительно разогретой духовке до готовности.

подавайте с гарниром из ломтиков лимона и оставшейся сальсой. Порционные куски можно получить, порезав рыбу по ниткам.



КРЕКЕРЫ С СОУСОМ

В центр блюда поставьте перевернутый небольшой салатник, вокруг него выложите кольцом густой соус, украсьте его кусочками сладкого перца и листьями петрушки, по краю блюда выложите пресные или соленые крекеры.

Для соуса смешайте 250 г сливочного сыра с 3 ст. ложками тертого пармезана, 0,5 стакана майонеза, пучком измельченного зеленого лука и 10 полосками бекона, поджаренного, остуженного и измельченного. Салатник уберите и подавайте. Вместо сырного соуса таким образом можно подать форшмак.



АЙ, ДА РЫБКА

Любой паштет, форшмак или пастообразный салат можно очень красиво подать, если оформить его в виде «рыбки». Сформируйте тело «рыбки» влажными руками, редиску порежьте очень тонкими ломтиками или натрите на терке для чипсов. Из тщательно вымытых хвостиков редиски сделайте «рыбке» усы, кружочки редиса уложите «чешуей», вместо глаз вставьте миндаль или ядра тыквенных семечек, а вместо плавников — листики салата.



ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦА

Это блюдо — привычное на нашем столе, но из него можно приготовить оригинальную закуску, если добавить необычные ингредиенты.

Сваренные вкрутую яйца очистите и разрежьте пополам. Выньте желтки, разомните их, смешайте с готовой горчицей и размягченным сливочным маслом (майонезом, либо с подсоленной сметаной). Полученную массу выложите с небольшой горкой в половинки яиц, а сверху украсьте жареным красным перцем, копченой рыбой, маринованным луком или имбирем, порезанным зеленым луком, поджаренным беконом. До подачи яйца можно хранить несколько часов под пищевой пленкой в холодильнике.



КУРИЦА В БЕКОНЕ

Это блюдо хорошо тем, что не только подходит для праздничного стола, но и может полуфабрикатом лежать в холодильнике до 4 дней. Рецепт дана из расчета на 1 куриную грудку.

Мелко порежьте зеленую часть лука-порея (нужно 125 г) и слегка обжарьте на 1 ст. ложке подсолнечного масла, добавьте 1 ст. ложку воды, накройте крышкой и припускайте лук еще 5 минут. Оставьте остывать.

Половинку куриной грудки разрежьте вдоль с толстой стороны, положите между двумя листами пищевой пленки и отбейте, посолите, поперчите. То же повторите со второй половинкой. Уложите на кусок пленки, размером в три раза больше, чем грудка, 5 ломтиков бекона, а поверх них отбитую грудку. Выложите на нее половину лука и 1 ст. ложку раскрошенного козьего или тертого твердого сыра. Плотно сверните грудку колбаской, затяните пленкой, туго завяжите узлы на ее концах. Повторите то же со второй половиной.

Доведите до кипения воду в кастрюле, выложите туда завернутую курицу и варите до готовности минут 10-15, выньте, обсушите, остудите и оставьте на хранение в холодильнике.

Перед подачей на стол освободите курицу от пленки, выложите на смазанный маслом противень и запекайте в разогретой до 180° духовке, пока бекон не приобретет коричневый оттенок (минут 20-30). Подавайте с овощным гарниром.



СВИНИНА ЭКОНОМНАЯ

Очень вкусное и красивое горячее блюдо на большую семью можно приготовить без особых материальных затрат. Купите на рынке свиной подчеревок. Выбирайте тот, где неширокие слои мяса и сала чередуются равномерно. Хорошо острым ножом поскребите шкурку, чтобы не осталось даже следов щетины. Нашпируйте подчеревок с внутренней стороны кусочками чеснока и перцем горошком. Натрите со всех сторон солью, черным молотым перцем и специями, уложите на большое плоское блюдо шкуркой вниз, сверху положите большую разделочную доску и поставьте на нее груз. Через сутки уплотненный пласт свинины обмойте и вытрите насухо. Главное, чтобы абсолютно чистой была шкурка, тогда она при запекании приобретет ровный цвет.

Приготовьте начинку по своему вкусу. Это может быть гречневая каша с жареным луком, жареные грибы, рубленые вареные яйца с зеленью. Выложите готовую начинку на середину мясного пласта, заверните края, чтобы получился рулет, обвяжите толстой белой ниткой и запекайте в духовке до готовности, время от времени поворачивая рулет и сливая выделившийся жир. Если хотите, чтобы поверхность рулета была глянцевой, смажьте рулет незадолго до готовности с помощью кисточки растопленным и немного разбавленным горячей водой медом. Рулет можно подавать и горячим, и холодным.

Если подчеревок будет слишком толстым и не завернется в рулет, просто сложите мясо вдвое и перевяжите.



ТОРТ С «МАКАРОНИ»

Очень эффектно выглядит торт, украшенный по бортику пирожными «макарони».

Распустите в стакане воды 1 ст. ложку с небольшой горкой желатина.

Взбейте 4 белка с 1 стаканом сахара в очень крепкую пену. От остывшего желатина отлейте 1 ст. ложку, остальной добавьте к белкам, всыпьте 1 ч. ложку цедры лимона и еще раз взбейте. В разъемную форму положите на дно тонкий бисквитный корж, выложите поверх него белковую массу, разровняйте и поставьте в холодильник, чтобы суфле хорошо застыло. Растопите на водяной бане плитку шоколада. Отложенный желатин разведите 1 ч. ложкой горячей кипяченой воды и смешайте с шоколадом. Полейте растопленным шоколадом торт сверху и с боков, а пока поливка не застыла, украсьте торт по бортику «макарони» или половинками зефира.



ПИРОГ «БЫЧИЙ ГЛАЗ»

Всем знаком этот рецепт — рулет из мясного фарша с начинкой из целых вареных яиц, который очень красив в разрезе. Но он при запекании часто трескается, что портит его внешний вид. Предлагаем сделать для рулета оболочку из теста, чтобы трещины не были заметны.

Раскатайте в тонкий прямоугольный пласт по размеру рулета готовое слоеное бездрожжевое тесто. Поверх него выложите рулет. Из того же теста нарежьте тонкие полоски, которыми оплетите рулет. Запекайте рулет в духовке до готовности. Спрятанный под решетку из теста, рулет выглядит празднично.



ТОРТ НОВОГОДНИЙ

Обычный бисквитный торт можно превратить в кулинарный шедевр с сюрпризом.

Испеките два высоких бисквитных коржа. В обоих вырежьте в центре полусферы и вырезанные части раскрошите в двух мисках. Растворите 2 ст. ложки сахара в 1 стакане горячей кипяченой воды, добавьте туда 1 ч. ложку ароматного алкоголя, разделите сироп пополам и одну часть окрасьте — пищевыми красителями в красный, а вторую в зеленый цвет.

Приготовьте крем: 100 г размягченного сливочного масла смешайте с 2 ст. ложками сгущенки и взбейте. В одну половину раскрошенного бисквита добавьте красный сироп, во вторую — зеленый. Когда бисквит окрасится, добавьте к нему по половине объема крема и еще раз перемешайте.

Для внешнего украшения торта вам потребуются масляный крем. Для его приготовления надо взбить 500 г размягченного сливочного масла с молочным сиропом. Добавьте к 1 стакану сахара 2 ст. ложки молока и на самом маленьком огне помешивая распустите сахар в молоке. Когда молочный сироп остынет, смешайте его с маслом и взбейте крем до пышности.

Чтобы собрать праздничный торт, уложите на блюдо один корж выемкой вверх и заполните ее, чередуя красный и зеленый бисквит и приминая его рукой. Второй корж также положите выемкой вверх на стол и заполните выемку разноцветным бисквитом. Белую часть нижнего коржа смажьте масляным кремом, затем аккуратно уложите на него второй корж, перевернув его выемкой вниз. Отложите треть масляного крема, добавьте к нему зеленый пищевой краситель и перемешайте. Выложите крем в кондитерский мешок и, держа его перпендикулярно стенкам торта и двигая волнообразно, выпустите «елочки». Затем свободное пространство на стенках торта и верх заполните белыми волнами. Поставьте торт в холодильник, чтобы крем застыл.



ТРАЙФЛ С ФРУКТАМИ И ОРЕХАМИ

Трайфл — это традиционный английский десерт, который придумали в XVIII веке. Он очень эффектно выглядит, так как его ингредиенты послойно выкладываются в стеклянную посуду, а готовится он легко. Трайфл — это чередование слоя кусочков бисквита или печенья, пропитанных любимым алкоголем (для детей — сиропом), слоя заварного крема, слоя ломтиков фруктов или ягод, слоя взбитых жирных сливок. Слои чередуют, пока они не заполнят посуду. Сверху десерт посыпают орехами. По желанию можно добавить слой крема с вареной сгущенкой, если хотите добавить карамельного цвета, пересыпать слои дробленными орехами или кусочками мармелада. Чтобы десерт эффектно выглядел, его надо собирать только в прозрачной посуде слоями, комбинируя цвета, вкус и текстуру.



ВАФЕЛЬНЫЕ РОЖКИ С ФРУКТАМИ

Вместо того, чтобы наполнять вафельные рожки жирным кремом, положите в них ассорти из фруктов, что есть у вас в наличии. Если у вас под рукой будет растопленный шоколад, можете смазать им кисточкой внутреннюю поверхность вафельных кулек. У вас получится вкусный и низкокалорийный десерт.

РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ЕЛЬ ИЗ ПРОФИТРОЛЕЙ

Те, кто умеет обращаться с заварным тестом, знают, что эклеры и профитролы из него — это беспроигрышный десерт. Он будет особенно красиво смотреться и не займет на столе много места, если вы выложите профитролы горкой и украсите разноцветными кусочками мармелада или драже, чтобы горка походила на елку.

В качестве начинки для профитролов и для их скрепления между собой можно использовать любой крем. Тогда «елку» можно приготовить заранее и держать до подачи в холодильнике. Но для начинки можно использовать и мороженое. Его следует подержать в микроволновке 1 минуту, чтобы стало чуть мягче, и разложить в профитролы. В этом случае десерт следует сразу подавать к столу.

Приготовьте заварное тесто: влейте в кастрюлю по 125 г воды и молока, добавьте 100 г сливочного масла, по щепотке соли и сахара и доведите до бурного кипения, помешивая лопаткой, добейтесь, чтобы жидкость образовала воронку, всыпьте 150 г муки, убавьте огонь до среднего и продолжайте интенсивно мешать тесто, пока не образуется ком, отстающий от стенок и дна кастрюли. Снимите кастрюлю с огня и переложите тесто в миску или чашу миксера, остудите до температуры тела и строго по одному вбейте 4 яйца, каждый раз перемешивая тесто до однородности. В зависимости от размера яиц, может хватить и 3 штук, а может потребоваться 5. Последнее яйцо разбейте в миску и добавляйте по чуть-чуть, чтобы тесто не стало слишком жидким, иначе профитролы не будут держать форму. Идеальное заварное тесто должно быть однородным, блестящим и сползать с ложки широкой лентой.

Из кондитерского мешка отсадите на пергамент профитролы и выпекайте в разогретой до 190° духовке с приоткрытой дверцей 30-35 минут. Готовые остывшие профитролы, если не начинать их сразу, следует хранить в кастрюле с крышкой.

Из напитков предпочтительнее шампанское и коньяк. Не возбраняются и другие напитки. Однако не забывайте, что Коза временами может быть агрессивной и бодаться.

Блюда на новогоднем столе могут быть любыми, за исключением баранины и козлятины. Не забудьте про пироги с капустой. Особое внимание уделите сладкому столу. Это могут быть торты, пирожные, консервированные и свежие фрукты, орехи, конфеты.

Хозяюшке ВОДКА СО ВКУСОМ

Если ваши гости предпочитают традиционный русский алкогольный напиток, удивите их, подав водку с пятью разными вкусами.

Кроме водки, вам понадобятся пять банок с крышками для разведения, пять стеклянных бутылок с крышками и два-три пакета драже Skittles. Поскольку в его состав входят пищевые красители и ароматизаторы хорошего качества, оно отлично подходит для ароматизации и окрашивания водки. Разберите драже по цветам, высыпьте в банки и залейте водкой. Для полноты цвета и вкуса нужно 20-25 драже на 350 мл водки. Обычно двух суток достаточно, но, чтобы конфетки полностью растворились, водку нужно время от времени взбалтывать. Входящий в состав драже сахар образует на поверхности настоя белую пленочку, поэтому, разливая готовый напиток, процедите его через бумажное полотенце.

Перед подачей поставьте водку на ночь в холодильник или на пару часов в морозилку.



НАТУРАЛЬНЫЙ АРОМАТИЗАТОР

У каждого праздника свой аромат. Женский праздник пахнет весной и мимозой, день рождения — розами и ванилью, а Новый год — мандаринами, хвоей и пряными специями. Этот приятный праздничный аромат очень легко создать, не прибегая к искусственным отдушкам.

● Очистили апельсин или мандарин? Нанижите кусочки кожуры на изогнутую проволоку и подвесьте ее на батарею. Да, рядом с теплом кожа высохнет быстрее, зато пахнуть будет очень сильно. Да и поменять ее недолго.

● Прекрасный натуральный ароматизатор получается из нашпигованных бутонами гвоздики апельсинов. Их запахи не только прекрасно сочетаются, они еще и усиливают друг друга. Кроме того, это сочетание ароматов «пахнет» глинтвейном, наполняя атмосферу в доме теплом и уютом, да и выглядят такие апельсины как декоративное украшение.

● Запах корицы у многих ассоциируется с умиротворяющим уютом дома, в котором живут в любви и согласии. Этот запах снимает раздражение и успокаивает. Но чтобы в доме пахло корицей, вовсе не обязательно печь каждый день булочки с корицей, достаточно обвязать палочками корицы небольшой стакан и превратить его в подсвечник. Свеча будет нагревать стенки стакана, и от их тепла корица станет источать легкий приятный аромат. К тому же, выглядит такой подсвечник очень стильно.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА

СКОЛЬКО ЛОЖЕК В ЧАШКЕ?

Наши хозяйки привыкли отмерять продукты ложками и стаканами, у каждой уважающей себя западной хозяйки есть специальные мерные чашки (cup) и ложки объемом в 1/4 или 1/8 этой чашки. Вы спросите, зачем нам их чашки? Затем, что в Интернете полно интересных рецептов, где ингредиенты как раз этими чашками и отмеряются. Как перевести эти их «капы» в наши привычные ложки?

Одна чашка равна по объему 16 столовым ложкам,



соответственно, половина — 8 ложкам,



а 1/4 чашки — 4.

Если в рецепте указана 1/6 чашки, отмерять следует 2 столовые и 2 чайные ложки,

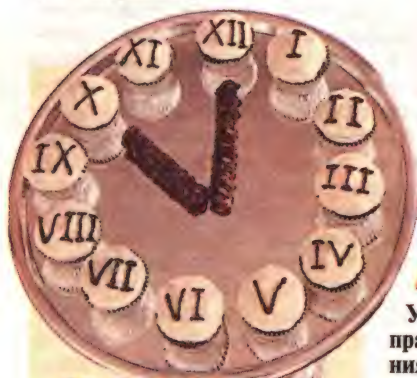


для 1/3 чашки — 5 столовых и 1 чайную ложку,



для 3/4 чашки — 12 столовых ложек.

И еще для сведения: 1 столовая ложка равна по объему не 2, как считают многие, а 3 чайным ложкам.



СЪЕДОБНЫЕ ЧАСЫ

Если у вас есть ваза в виде стеклянного блюда на ножке, вам ничего не стоит сделать украшением стола «съедобные часы». Аккуратно вырежьте из пищевой фольги круг размером с блюдо, смочите поверхность блюда водой и «приклейте» на нее фольгу. На зеркальной поверхности часы будут выглядеть особенно эффектно. На поверхность двенадцати купленных или испеченных собственноручно кексиков (маффинов) нанесите крем или глазурь белого цвета, а поверх с помощью кондитерского мешка — латинские цифры. Роль стрелок в съедобных часах выполняют две палочки Twix или два батончика Picnic.





Всем женщинам известно, что маленькое черное платье — это классика, беспроигрышный наряд на все случаи жизни. У него только один недостаток — отсутствие разнообразия. Но его легко исправить.

Если у вас есть черное платье без плеч, пришейте по верхнему краю посередине переда пату шириной 5 см из подходящей по фактуре ткани, а дальше фантазируйте.

Несколько тонких шифоновых шарфиков и разноцветных полосок кружева, бу-сы контрастного цвета и, пожалуйста: хотите — оформите с их помощью декольте, хотите — широкие бретели, хотите — кокетку, хотите — бретель-петлю. Главное, не забывайте пропустить шарфик или кружево через пату, завернуть верхний край под платье и парой стежков прихватить к боковым швам платья. Тогда ваша дизайнерская деталь никуда не сдвинется.

Так при минимальных затратах можно иметь сколько угодно платьев на выход, имея на самом деле всего одно: классическое маленькое черное платье.



НОВОГОДНИЙ СВЕТИЛЬНИК

Если вы хоть немного умеете рисовать, изготовление такого светильника не займет у вас много времени.

Хорошенько вымойте и вытрите досуха литровую стеклянную банку. Лист черной бумаги формата А4 разрежьте вдоль пополам и оберните полоской бумаги банку. Если полоска не сможет охватить всю банку, приклейте к ней часть второй половины листа. Вырежьте канцелярским ножом из бумаги картинку с домиками, елками, фонарями и сугробами. Чем ажурнее будет рисунок, чем больше в нем будет прорезей, тем красивее будет светильник.

Приклейте получившийся круговой рисунок снаружи банки. Внутреннюю поверхность обработайте из баллончика искусственного снега и поставьте внутрь свечу-таблетку.

Чтобы поджечь стоящую на дне банки свечу, возьмите тонкую макаронину спагетти, подожгите ее кончик и, опустив макаронину в банку, подожгите свечу.

СНЕГОВИК В ДОМЕ

Если вы не пожалеете 100 рублей на одноразовые пластиковые стаканы, то ваших гостей у порога будет встречать необычный снеговик.

Надуйте два воздушных шара один чуть больше другого и соедините их между собой двухсторонним скотчем. Вокруг шаров как основы приклеивайте друг к другу стаканы. Начните с доннышки и клеите по кругу. Если потом шарики внутри снеговика сдуются, ничего страшного — склеенные между собой стаканы будут держать форму.

Из цветной бумаги и картона склейте снеговика цилиндры, глаза, нос и пуговицы. Шею оберните легким шарфиком.

Для большего эффекта можете проколоть шары, а вместо них просунуть внутрь снеговика гирлянду. Светящийся снеговик будет выглядеть еще оригинальнее. Только помните, что включать гирлянду можно на короткие промежутки времени, чтобы она не успевала нагреться, иначе стаканы оплавятся.





ЗОЛОТАЯ ЕЛОЧКА

Зеленый, красный и золотой — вот цвета новогоднего и рождественского убранства, поэтому небольшая золотистая «елочка» оригинально украсит ваш дом. А если «елочек» будет несколько, разного размера и фактуры, то из них можно составить целую композицию. Такие «елочки» можно подарить на Новый год друзьям и знакомым.

Склейте из плотной бумаги конус нужного вам размера. Клеевым пистолетом приклейте к нему макароны «ракушки», «гребешки» или «бантики». Готовые «елочки» покрасьте из баллончика золотистой краской и дайте высохнуть. Даже в таком виде «елочки» выглядят очень красиво, но вы можете украсить их малюсенькими шариками, бусами, а сверху прикрепить звезды или пики. Только украшения выбирайте одного цвета.



РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ВЕНКИ

Мода на это праздничное украшение пришла к нам с Запада, венки очень помогают создать в доме праздничную атмосферу.

Мы предлагаем сделать праздничный венок из необычного поделочного материала.

● Две пачки попкорна для микроволновки, картонная коробка, красная ленточка и клеевой пистолет. Вот все, что нужно, чтобы сделать оригинальный венок. Вырежьте из картона широкое кольцо и приклейте к нему попкорн в несколько слоев, чтобы придать своему изделию объем. Привяжите ленточку, и за нее подвесьте венок в нужном месте.

● Если попкорн вы замените конфетами, венок получится еще интереснее, а конфеты можно будет снять с него и съесть.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





НОВОГОДНИЙ КЛАТЧ

Такой блестящий, в прямом и переносном смысле, аксессуар поможет превратить ваш образ в праздничный, веселый и незабываемый! Любое простое платье сразу заиграет в компании с новогодним клатчем, созданным своими руками.

Вам понадобятся: клатч, имеющийся в вашем гардеробе, из ткани или кожзаменителя, клеящий пистолет, золотистые бусины на леске и новогодний «дождик».

- Приклейте нитку золотистых бус к ручке-петле сумочки.
- С помощью клеящего пистолета оклейте сумочку дождиком сначала по контурам сумочки, а затем разместите его по всей поверхности клатча и приклейте так, чтобы не было просветов. Ваш новый клатч готов!



Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

Размер 46-48. Длина по спинке 47 см.

АЖУРНОЕ БОЛЕРО С ШАРФОМ

Новинка сезона — ажурное болеро-реглан с длинными рукавами и шарфом, который легко драпируется по вашему вкусу и желанию.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки цвета кофе с молоком (шерсть 50%, акрил 50%; 400 м/100 г) — 550 г; прямые и круговые спицы № 2,5; игла для сшивания.

Узоры: полотно полочек, переходящих в шарф, по схеме I, зубчатый край по схеме II.

Описание работы

Болеро связано регланом от горловины цельным полотном, включая шарф. Рукава и спинку вязать лицевой гладью, полочки-шарфы — ажурным узором по схеме I.

Четные ряды ажюра вязать изнаночной гладью.

Набрать на спицы 378 п. (160 — для левой полочки, 12 — для рукава, 30 — для спинки, 12 — для рукава, 160 — для правой полочки, кроме этого — 4 п. для линий реглана).

1-й и 2-й р. вязать лиц. гладью, разделив полотно по линии реглана 1 лиц. п. Прибавления делать в каждом лиц. р., провязывая петлю по линии реглана следующим образом: лиц., не снимая со спицы, сделать накид, не снимая со спицы, провязать еще одну лиц.

Связав болеро до линии проймы, перенести петли для спинки и полочек на дополнительную круговую спицу и довязать рукава до нужной длины, убавляя в каждом 6-м ряду по 1 п. с каждой стороны рукава.

Закончить рукава зубчатым краем, связанным по схеме II.

Спинку и полочки можно связать вместе, не сшивая, на длину 35 см. Закончить низ изделия зубчатым краем, связанным по схеме II.

Сборка: сшить рукава, при необходимости — боковые швы. Подвернуть зубчатые края по линии вязания ряда с накидами и аккуратно пришить край по изнанке.

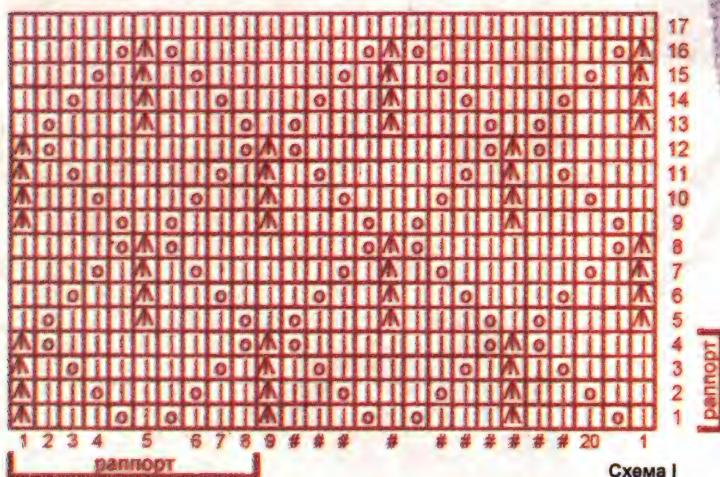


Схема I

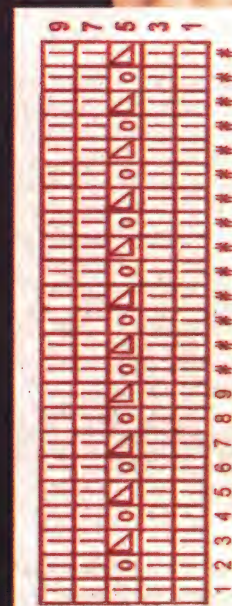


Схема II



Условные обозначения:

- — 1 петля платочной вязки
- — лицевая петля (лиц. п.)
- — накид
- △ — 2 п. вместе лиц. с наклоном вправо
- ▤ — 3 п. вместе лиц.

Размер 46-48. Длина по спинке 80 см, по переду 100 см.

БОРДОВЫЙ КАРДИГАН

Современный крой кардигана не оставит вас равнодушной. Асимметричные боковые части полочек придают ему особый шарм. В этой модели сочетается вязание несложных узоров на спицах и крючком.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки бордового цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 200 м/100 г) — 650 г; крючок № 2,5; спицы №3; игла для сшивания.

Узоры: для переда и спинки (крючком) столбики с 1 н., для рукавов (на спицах) резинка 2 х 2 (чередование 2 лиц. и 2 изн. п.).

Описание полустолбика с накидом: сделать накид на крючок, ввести крючок в следующую петлю, вытянуть петлю, подхватить рабочую нить и протянуть ее через петлю и накид, находящиеся на крючке.

Схема: для нижней части центра переда.

Описание работы

Перед: вязание поперечно от центра переда. Связать крючком цепочку из 184 в. п. (80 в. п. для левой полочки, 24 в. п. для задней части воротника, 80 в. п. для правой полочки).

Начало левой полочки:

1-й ряд: 35 ст. с/н., 5 полустолбиков с/н., 5 ст. б/н. Отступить 10 в. п. и связать в обратном направлении.

2-й ряд: 5 ст. б/н., 5 полустолбиков с/н., 45 ст. с/н., повернуть вязание.

3-й ряд: связать 55 ст. с/н., 5 полустолбиков с/н., 5 ст. б/н. Отступить 10 в. п. и связать в обратном направлении.

4-й ряд: 5 ст. б/н., 5 полустолбиков с/н., 65 ст. с/н.

Симметрично связать **начало правой полочки.**

Далее с **5-го ряда** вязать по всей длине цепочки ст. с/н (одновременно левую, правую полочки и воротник со стороны спинки) 10 р. Разделить связанное полотно и дальше вязать полочки по отдельности.

Левая полочка: связать 6 р. без изменения количества столбиков, отметить от линии плеча 10 ст. и продолжить вязание без них, убавляя по линии проймы по 2 ст. с/н. в каждом ряду 6 раз, далее связать без убавлений 2 р.

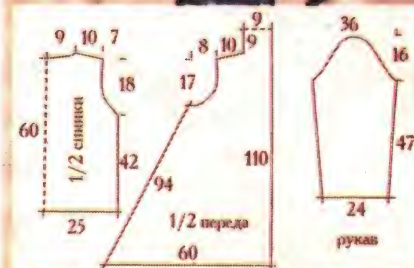
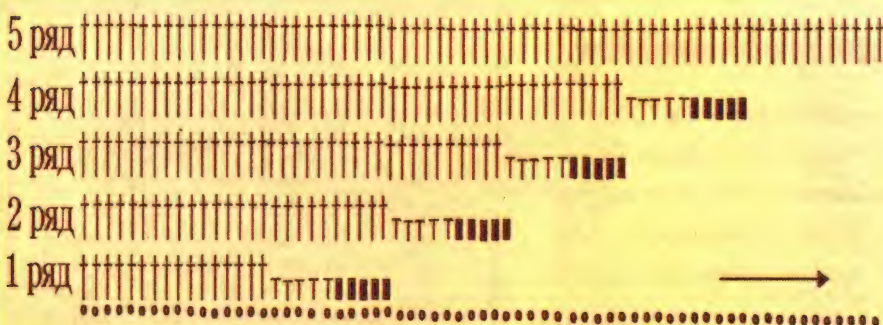
Следующие ряды вязать, убавляя в каждом ряду со стороны проймы по 2 ст. с/н; пока не закончатся петли. Угол наклона боковой линии к линии низа полочки составит примерно 45°.

Правую полочку связать симметрично левой.

Спинка: вязание поперечное от боковой линии. Связать крючком цепочку из 60 в. п. Провязать 2 р. ст. с/н. В следующих 4 р. делать прибавки по 2 ст. с/н. в каждом ряду со стороны проймы. Набрать недостающие столбики до длины проймы по выкройке и вязать без изменения количества до конца следующего плеча. Убавления сделать симметрично.

Рукав: набрать на спицы 40 п. Вязать резинкой 2 х 2, прибавляя по 1 п. с каждой стороны рукава через каждые 6 р. Довязав до проймы, закрыть с каждой стороны по 5 п. сразу. Затем 4 раза убавить с каждой стороны по 1 п. через ряд. Следующие ряды вязать, убавляя по 1 п. с каждой стороны через ряд. Оставшиеся петли закрыть в 4 приема.

Сборка: сшить рукава, плечевые, боковые швы, вшить рукава и пришить воротник, связанный вместе с полочками, к спинке.



Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- ! — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ⊥ — полустолбик с накидом.

Размер 46-48. Длина по спинке 60 см.

КАРДИГАН ИЗ ТРЕУГОЛЬНИКОВ

Пока вы будете вязать такой ажурный кардиган из треугольных мотивов, время будет бежать незаметно, а занятие покажется увлекательным.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки бежевого цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 250 м/100 г) — 650 г; крючок № 4; пуговица Ø 2 см.

Узоры: основной треугольный мотив — по схеме I, мотив для горловины спинки — по схеме II, 1/2 мотива для центра переда — по схеме III, цветок — по схеме IV.

Описание работы

По схеме I связать и соединить в процессе вязания 45 целых треугольных мотивов (на схеме V мотивы с № 1 по № 45). Мотивы с одной стороной, обозначенной штрихом, расположены по спинке и переду или по передней и задней части рукава и имеют одинаковый номер. Его следует вязать целым и присоединять к указанным сторонам.

По схеме II связать 1 мотив (по схеме № 46), вязать его в горловину спинки.

По схеме III связать 4 мотива для центра полочек (по схеме с № 47 по № 50).

По схеме IV связать цветок:

1-й ряд: связать цепочку из 40 в. п., 4 п. для подъема, 2-й и 3-й ряды связать по схеме IV. Уложить цветок по спирали и аккуратно прикрепить его с изнанки.

Сборка: обвязать полочки и горловину 1 р. ст. б/н., низ рукавов обвязать 1 р. цепочек из 3 в. п. На правой полочке сверху сделать петлю для пуговицы и пришить цветок. К левой полочке пришить пуговицу.

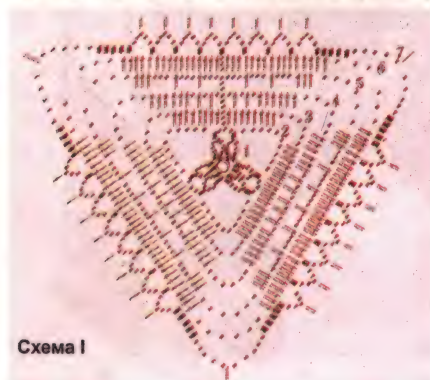


Схема I

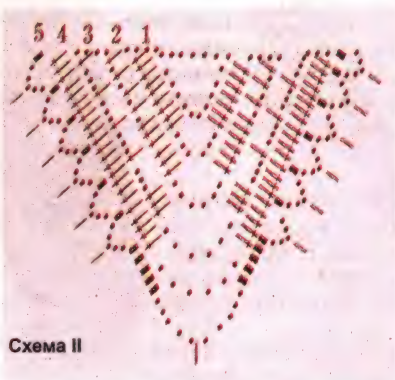


Схема II



Схема III



Схема IV

Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ‡ — столбик с 2 накидами (ст. с 2 н.)
- ≡ — столбик с 3 накидами (ст. с 3 н.)

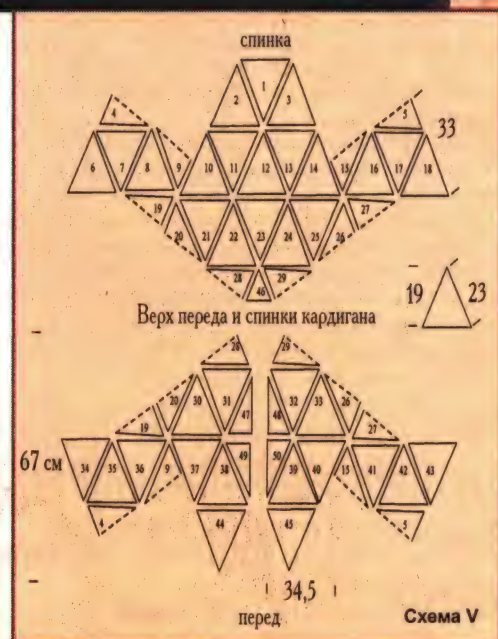


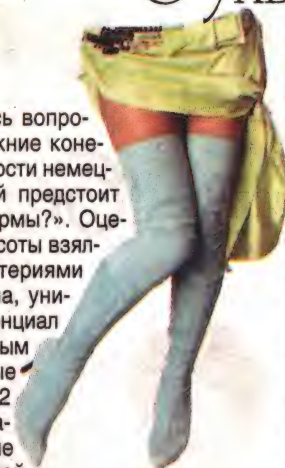
Схема V

Подготовила Юлия ИВАНОВА



Компания Браун однажды задалась вопросом: «Во что можно оценить нижние конечности человека, если это конечности немецкой супермодели Хайди Клум, которой предстоит участвовать в рекламной кампании фирмы?». Оценить нижнюю часть супермодельной красоты взялся Лондонский аукционный дом, а критериями оценки стали длина ног (ого!), их форма, уникальность (ого-го!) и коммерческий потенциал (ого-го-го!). В результате, по их нескромным подсчетам, ноги Хайди — самые красивые в мире, поскольку самые дорогие — 2,2 миллиона долларов! Воистину, нет ног красивее на свете, чем ноги застрахованные эти!.. Причем, левая нога дешевле правой на 200 тысяч — из-за маленького пятнышка на коленке!..

Интересно, что чувствует человек, ступающий по земле ногами стоимостью по миллиону долларов каждая?!



Что ни говорите, а американцы, все-таки, предприимчивые люди. До них человечество на протяжении нескольких тысяч лет целовалось или по поводу любви и вообще избытка чувств, или следуя этикету, или даже в целях сокрытия истинных намерений... Американцы же придумали целоваться ради богоугодно-благотворительных дел, да еще и за деньги: они стали продавать на базарах нежные и сладкие девичьи поцелуи!



Впервые это случилось в начале XX века в небольшом американском городке Салем. Городские власти признали настоятельную необходимость строительства женской больницы, но по поводу денег на него развели руками. И тогда общественная группа из городских жительниц предложила устроить «распродажу»... поцелуев красивых девушек по таксе: 1 поцелуй = 1 доллар.

Как продавщица, так и покупателей оказалось столько, что необходимые (и немалые!) средства были собраны за три часа!

Через несколько лет этот опыт повторили в Неаполе, где велось строительство крупного госпиталя. Поскольку дело происходило в Италии и приходилось учитывать местный темперамент, организаторы акции решили выставить поцелуи на аукцион — пусть желающие поторгуются! Желающие поторговались. Строительство продолжилось...

ИДЕАЛЬНЫЙ СПУТНИК ДЛЯ ДЕВУШКИ

Давно известно: с годами владельцы «друзей человека» и их питомцы начинают необъяснимо походить друг на друга. Но неутомимые психологи сделали еще одно поразительное наблюдение: порода собаки так же необъяснимо меняет степень привлекательности ее хозяйки для проходящих (и проезжающих) мимо мужчин.

Вполне симпатичная девушка, например, с пуделем почему-то кажется мужчинам чересчур нервной,

с французским бульдогом или чихуахуа — легкомысленной, а с карликовым пинчером — излишне сентиментальной и капризной. Совсем другое дело, если рядом с той же самой девушкой — ретривер или овчарка. По мнению психологов, такие собаки рядом «значительно повышают очарование девушки и располагают к серьезным отношениям с ней». Еще бы: какие «несерьезные» могут быть отношения с девушкой, у которой такой серьезный спутник?!



ПЕТР I ВЕЛЕЛ «ЗАЖИГАТЬ»

Наш великий реформатор Петр I прибавил России не только работы, но и праздников, а праздникам — веселья и зажигательности.

1 сентября 1707 года от сотворения мира россияне тихо и мирно отпраздновали Новый год. Но продлился он всего лишь четыре месяца: уже в декабре царь повелел перейти на новое летосчисление — теперь уже «от рождества Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа», и Новый, теперь уже 1700 год, праздновать по-новому — 1 января. Да не просто, а «...в знак доброго начинания и нового столетнего века в веселии друг друга поздравлять с Новым годом... по знатным и проезжим улицам у ворот и домов учинить некоторое украшение от дров и ветвей сосновых, еловых и можжевеловых... чинить стрельбу из небольших пушечек и ружей, пускать ракеты, сколько у кого случится, и зажигать огни». Конечно, в первую новую новогоднюю ночь счастливые россияне зажигали еще не очень, но опыт, как известно — дело наживное...

ЕГЭ ДЛЯ ИЗВОЗЧИКОВ

В 1901 году в одной из петербургских газет сообщалось о выпускных экзаменах ученых... извозчиков! Оказывается, в тогдашней столице России работали извозчики курсы, готовившие настоящих профессионалов своего дела. Специально подобранные преподаватели обучали бывших крестьянских «лаптей» и городских мещан географии Петербурга и его окрестностей, управлению лошадьми, извозничьим тарифам, а также — французскому языку (!), астрономии (специально для ночных извозчиков!) и хорошему манеру. Согласитесь, ничего лишнего!

Однако, не всем учеба давалась легко: в первом выпуске экзаменовалось 135 человек, а «водительские права» получили лишь 55! Камнем преткновения для большинства не справившихся с «извозничьим ЕГЭ» стал французский, и лишь несколько великовозрастных учеников — наверное, самых бестолковых

— «заплутали» в географии...



НАПИТОК ПОБЕДЫ — НА НОВЫЙ ГОД!

Двум атрибутам нашего Нового года — шампанскому и чоканью хрустальными бокалами, нежным звоном вслед за курантами возвещающими наступление Нового года, мы обязаны двум руководителям российского государства.

Один из них — Божией милостью император и самодержец всероссийский Александр Второй, который, возможно на радостях, что освободил крестьян от крепостной зависимости, потребовал себе шампанского и тут же ввел новую моду — чокаться хрустальными бокалами!..



А весной 1945 года, когда в победе над Гитлером никто уже не сомневался, Иосиф Виссарионович Сталин принял два важнейших решения. Во-первых, что обязательно должен быть праздник — День Победы, а во-вторых, что отмечать его надо только шампанским!

Поскольку в истерзанной войной стране игристого вина в помине не было, Берия, которому вожь поручил «разобраться» с этим вопросом, быстренько собрал оставшихся в живых знатных виноделов и... через полтора месяца родилось «Советское шампанское».

А вслед за Победой-1945 руководство и Новый-1946 отметило звоном бокалов с шампанским под бой курантов — а советский народ, как издавна повелось на Руси, замечательную идею подхватил и превратил в прекрасную традицию...

Блестящий выбор!

Женщины в новогоднюю ночь должны быть одеты в шелк, бархат, кружева, шерсть, переливающиеся воздушно-прозрачные ткани.

Преобладающие тона: синий, зеленый, белый, желтый, пурпурный, золотистый, морской волны. Во что бы вы ни были одеты, важно, чтобы в наряде присутствовала натуральная шерсть, хотя бы нитка, — можно приколоть кусочек шерстяной ткани под новогодний наряд.

Струящийся атлас, нежный шелк, очаровательный шифон, сверкающие стразы и соблазнительные фасоны! Предлагаем вам сказочно красивые наряды для самого волшебного праздника в году!



1

2

3



5 Пышный наряд королевы! Платье с турнюром «на новый лад» позволит превратиться в настоящую царскую особу хотя бы на один вечер!

6 Милое платьице с необычным решением подола из двух слоев, завышенной линией талии и округлым вырезом горловины, подойдет молоденьким девушкам. Дамы постарше могут удлинить платье до колен и накинуть сверху меховой жакетик-шраг.

7 Коралловый цвет и искусная драпировка с баской на талии и подоле делают это платье неотразимым. Но подойдет оно очень стройным и высоким девушкам. Пользуйтесь моментом продемонстрировать идеальную фигуру!

8 Элегантность — ваш конек? Остановите свой выбор на изысканном платье-футляре из голубого атласа с великолепным решением верха. Асимметричный крой и шикарная драпировка не оставят равнодушными никого вокруг.

1 Вечерний наряд для смелых модниц! Оригинальный фасон этого платья позволяет обнажить спину и плечи или, наоборот, накинув длинную пелерину, скрыть их под прозрачным шифоном. Глубокое декольте усиливает эффект, а разлетающиеся асимметричные полы платья делают его просто незабываемым.

2 Платье из голубого атласа с эффектом запаха, глубоким декольте и широкой черной каймой на асимметричном подоле позволит вам продемонстрировать утонченность вкуса.

3 Платье-футляр с длинной металлической молнией на спинке и накидкой из шифона, окантованной атласной лентой — прекрасный выбор для новогодней вечеринки в офисе.

4 Длинная бахрома — секрет успеха маленького черного платья с открытыми плечами и полукруглой кокеткой. Эффектное само по себе, оно не требует дополнительных украшений.



Украшения к вечерним нарядам можно подобрать деревянные: необычные бусы, серьги, кулоны, кольца, браслеты. Можно надеть украшения из драгоценных, полудрагоценных, поделочных или искусственных камней, предпочтительно зеленого, бирюзового, синего, белого, бледно-желтого, дымчатого цвета.



9



10



13



12



11



го трикотажа и гипюра. Для вечера в ресторане — самый подходящий наряд.

13 В этом наряде можно танцевать всю ночь. Разрез до бедра позволит не стеснять движений, корсет поможет не заботиться о надежности конструкции платья, а драпировка и украшение по боковому шву вместе с соблазнительным бантиком на бедре просто необходимы для поддержания праздничного настроения.

14 Прозрачные ткани в сочетании с облегающим трикотажем — то, что нужно для вечера. Покрой этого платья несложен, а эффект — просто потрясающий!

14

9 Сильное впечатление производит черное вечернее платье с сексуальными вырезами на груди и у плеч, а также высоким разрезом юбки. Строго и соблазнительно одновременно!

10 Розовое платьице с декольте в форме ромба, расклешенной юбкой и нежными крылышками на плечах — прекрасный выбор для романтических особ.

11 Стильное платье «от кутюр» с искусными переплетениями, открытым декольте, интересным решением комбинирования тканей способно произвести очень сильное впечатление!

12 Хотите превратиться в соблазнительную красотку? Выбирайте платье в бельевом стиле, скомбинированное из тонко-



16

15 Просто мечта! Черное платье с фигурным декольте, струящимся подолом и белыми деталями позволяет выглядеть стильно и элегантно.

16 Это платье как будто специально создано для красной ковровой дорожки. Тонкое джерси позволит создать искусную драпировку на талии и одновременно подчеркнуть идеальные линии фигуры.

17 Вечная классика — сочетание черного и белого — идеально подходит и для вечера. Это платье с оригинальным полукруглым декольте, чер-

ной кокеткой и вставкой на талии — лучшее тому подтверждение.

18 Комбинированное черное-белое платье с корсетом из плотного трикотажа — простое решение эффектного праздничного наряда!

18

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

НЕТ В ЖИЗНИ МЕЛОЧЕЙ

Вы уверены, что мужчина, с которым недавно познакомились, тот, кто вам нужен, и именно ему суждено стать отцом ваших будущих детей. Вы готовы забыть все на свете и забросить все дела, чтобы встречаться с ним, и только с ним одним до тех пор, пока...

...он не появляется на свидании в несвежей рубашке, или...

...вы не обнаруживаете у него совершенное отсутствие музыкального вкуса, или...

...он не начинает сквернословить в вашем присутствии.

Вы можете сказать: «Да что здесь такого? Ведь он хороший человек. Это не его вина, это я слишком придирчиво к нему отношусь. К тому же я так его люблю, что могу закрыть глаза на то, что мне не нравится».

Не обманывайте себя! Не ждите, что со временем он изменится. Ничего подобного, наоборот, время может превратить его «маленькие недостатки» в большие недостатки, а то и в пороки. Представьте свою жизнь рядом с ним, если такое случится.

Все эти мелочи, на которые вы сейчас сознательно не хотите обращать внимания, совсем не так безобидны, как может показаться на первый взгляд.

По мнению психологов, именно мелочи в поведении человека лучше всего раскрывают его характер, показывают систему ценностей и жизненные принципы. Хотя, если вы чересчур придирчивы и постоянно отталкиваете новых знакомых из-за их недостатков, возможно, проблема в вас самой. Может быть, вы бонетесь новых взаимоотношений и ищете способ их прекратить, поэтому и цепляетесь к мелочам?

Надеемся, что жизненный опыт женщины, которые порвали со своими партнерами из-за «мелочей», поможет вам понять себя и решить: надо ли продолжать знакомство, если вас мучают сомнения.

«Я не могу быть рядом с тем, у кого когда-то была связь с замужней женщиной. Если он не уважает священные узы брака, способен ли он уважать наши с ним отношения?» **Нина, 25.**

«Если он не выпускает сотовый телефон из рук, он может сразу обо мне забыть. Нет ни одной причины, по которой он не мог бы положить его в карман». **Анна, 24.**

«Когда мужчина грубит официантам, таксистам, продавцам, неважно, насколько хорошо он обходится со мной. Это показывает, что либо он никогда в своей жизни усердно не работал, чтобы чего-то достичь, либо он чересчур самоуверен и не ценит никого вокруг». **Евгения, 30.**

«Он перестает для меня существовать, если в его доме всего три книги. О чем с ним вообще можно разговаривать?! К тому же, трудно судить о вкусах человека, если у него нет личной библиотеки». **Александра, 25.**

«Мерзеть не могу тех парней, которые неряшливо одеты. Если это уже сейчас раздражает меня, как я смогу смириться с этим в дальнейшем?» **Мария, 23.**

«Если он грубит своим родителям и родственникам, это непорочно. Когда вы перестанете быть ему чужой, он будет так же обращаться и с вами». **Елена, 27.**

«Меня бесят чересчур самонадеянные мужчины. Когда-то я познакомилась с парнем, который после первого свидания пригласил меня за город на день рождения своей сестры. После вечеринки выяснилось, что по его просьбе нам приготовили одну

комнату на двоих! Ему пришлось спать в коридоре». **Инна, 28.**

«Если он не ест мяса, я просто не доверяю ему. Мужчина должен есть мясо». **Лариса, 33.**

«На нашем первом свидании он сказал мне: «Ты понравилась моей мамочке». Я знала, что он недавно порвал с девушкой, с которой встречался несколько лет. Да, он решил начать новые отношения, но ему было абсолютно все равно с кем. Я как человек его не интересовала». **Лиза, 24.**

«Первое же свидание с красивым и остроумным молодым человеком меня разочаровало. Все дело в том, что, попрощавшись, он посадил меня одну в маршрутку и помахал рукой, хотя до моего дома, не торопясь, можно дойти за 20 минут, продолжив приятное общение.

Потом он очень долго и настойчиво добивался встречи со мной, звонил каждый день, но я не могла преодолеть в себе недоумение и обиду. И даже искрометный юмор его не спас». **Вика, 22.**

«Я исчезаю сразу, как только он начинает отпускать сальные шуточки». **Кристина, 21.**

«Когда парень приглашает меня в кино, я всегда обращаю внимание, какие билеты он покупает, и предлагаю ему купить билеты подешевле, чтобы сэкономить на мороженом, а потом, осмотревшись в зале, сесть на



самые дорогие места из тех, что остались незанятыми. Если он не соглашается и покупает билеты на хорошие места, я с удовольствием сажусь с ним рядом. Но если поддается на мою провокацию, начинает экономить, я занимаю место согласно купленному билету и наотрез отказываюсь занимать чужое место. Стоит ли говорить, что отношения с этим кавалером я не продолжаю. Такая экономность граничит со скупостью». Татьяна, 27.

В конце приятной прогулки по осеннему парку стал накрапывать дождь. Поскольку мой дом был практически рядом, я сочла приличным пригласить молодого человека к себе на чашку чая, чтобы погреться и поговорить в спокойной домашней обстановке. Вообще-то, я не предполагала его визита, но в моей комнате было достаточно чисто и уютно... Возвращаясь с кухни с чайником в руке, я заметила, что мой новый знакомый стоит возле книжного стеллажа и своим белоснежным носовым платком проводит по корешкам книг. Я представила, что этот зануда и чистюля будет отравлять мою жизнь долгие годы, и еле еле дождалась окончания его визита. Эта встреча была последней». Алиса, 28 лет.

Я дала объявление на сайте знакомств и получила сотни откликов. Один меня особенно заинтересовал, и я решила встретиться с его автором. Во время общения он показался мне очень милым человеком, но в конце визита, прощаясь, он сказал мне: «Чاو!» Я не могу встречаться с тем, кто при первой же встрече употребляет слова, которые можно сказать только тому, кого уже достаточно хорошо знаешь». Катя, 23 года.

Когда мой приятель звонил мне и говорил, что вечером придет ко мне домой, я сразу же начинала думать, чем его угостить. Он обладал завидным аппетитом, и мне это поначалу даже нравилось. Не скрою, мне хотелось произвести на него хорошее впечатление. Но каждый раз, когда я ставила на стол тарелку с очередным кулинарным шедевром, он, забывая обо всем на свете, с жадностью набрасывался на еду и съедал все до крошки, ни разу не поинтересовавшись, осталось ли что-нибудь мне... В конце концов мне это надоело, и однажды я поставила на стол перед ним корзиночку с солеными крекерами. Он удивленно посмотрел на меня и тут же стал собираться домой. Большие мы с ним

не встречались. Наверное, к лучшему». Наташа, 27 лет.

КАКИЕ «МЕЛОЧИ» НЕЛЬЗЯ ПРОЩАТЬ МУЖЧИНЕ

Как бы вы ни любили мужчину, есть несколько вещей, которые не должна терпеть ни одна уважающая себя женщина.

ОТКРЫТЫЙ ФЛИРТ С ДРУГИМИ ДЕВУШКАМИ

Если парень открыто заигрывает с другими девушками на ваших глазах, вы можете пассивно стоять рядышком, потупив взор, в то время, когда он унижает вас, можете сказать ему, что вам не нравится его поведение и потребовать прекратить выставлять вас посмешищем. Но лучшим выходом будет немедленно бросить его, потому что он никогда не исправится. К тому же, многие мужчины не видят принципиальной разницы между флиртом и изменой.

НАСТОЙЧИВАЯ ПРИВЯЗАННОСТЬ К БЫВШЕЙ ВОЗЛЮБЛЕННОЙ

До того, как познакомиться с вами, он, конечно, встречался с другими девушками, и это нормально. Но чрезмерная привязанность к бывшей подруге должна вас насторожить. Ее фото у него в будничнике, ее номер телефона в сотовом, ее имя, которое постоянно вертится у него на языке — все это говорит о том, что он еще не избавился от призраков прошлого, для него эти отношения не закончились. Если на вашу долю выпала участь встречаться с таким мужчиной, может быть, лучше отпугнуть его?

Вы не можете заставить его разлюбить бывшую и полюбить вас. Пусть он излечивается от своей несчастной любви без вашей помощи.

ПОСТОЯННЫЕ ОПОЗДАНИЯ

Это маленький симптом большой проблемы, которая называется «отсутствие уважения». Хронические опоздания показывают, что его мало заботят чужие проблемы, особенно если вы уже говорили, что вам это неприятно. Если он не может бросить свою привычку приходить куда бы то ни было когда ему вздумается, вам пора назначить свидание с другим, более внимательным и уважительным мужчиной.

НАСМЕШКИ В ВАШ АДРЕС В КОМПАНИИ ЕГО ДРУЗЕЙ

Для любого мужчины друзья — это люди, с оглядкой на которых он живет, те, чье мнение для него очень важно. Поэтому, если он потешается над вами в их присутствии, значит, заранее решил, что ничего серьезного у вас быть не может. Никто не станет выставлять идиоткой перед своими друзьями любимую женщину.

ЗАБОТА ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО О СЕБЕ И СВОЕМ УДОВОЛЬСТВИИ

Если вы встречаетесь с человеком, которого интересуют только его собственные желания и потребности, подумайте, стоит ли тратить на него время, и уж тем более, чувства. Сначала поговорите с ним и скажите, чего хотели бы вы. Если он не обратит на ваши слова внимания и даже не попытается поинтересоваться хотя бы иногда вашими желаниями, не ждите, что он когда-либо изменится. Эгоист — он и в Африке эгоист.



Гороскоп

с 15 декабря по 15 января

Астролог-консультант Николь БУР

ОВЕН. Во второй половине декабря возможна потеря денег или кража кошелька. В профессиональных делах желательно избегать крупных финансовых сделок. Несмотря на праздники, в первой половине января появятся неплохие возможности карьерного продвижения. Отношения с родственниками могут неожиданно для вас серьезно осложниться.

Неблагоприятные дни в декабре: 18, 22, 26, 30. В январе: 2, 4, 8, 13.

ТЕЛЕЦ. Во второй половине декабря дела и чувства будут мешать друг другу. Будьте осмотрительны, из-за вашего необдуманного поведения в романтических отношениях может появиться напряжение, а в семье конфликт. В январе придется принимать решения как в бизнесе, так и в личных делах. С 3 по 6 января возможны расходы или финансовые потери.

Неблагоприятные дни в декабре: 16, 21, 25, 29. В январе: 1, 5, 11, 14.

БЛИЗНЕЦЫ. Вторая половина декабря пройдет под покровительством любви. Однако с 22-го по 26-е старайтесь избегать ссор с любимыми, иначе можете испортить себе не только новогодний праздник, но и начало нового года. С 5 по 10 января бытовые проблемы будут отвлекать от дел. С 7 по 15 число держите ухо востро: вас могут обмануть.

Неблагоприятные дни в декабре: 19, 22, 26, 31. В январе: 3, 7, 12.

РАК. В период с 15 по 30 декабря старайтесь избегать сложных проблем. Будьте внимательны к своему здоровью, чтобы не «расклеиться» именно в новогоднюю ночь. В январе можно рассчитывать на ценные подарки, интересные знакомства, объяснения в любви, а возможно, и на вступление в брак. Семейные Раки смогут улучшить отношения, разрешив все противоречия.

Неблагоприятные дни в декабре: 16, 20, 25, 28. В январе: 2, 6, 10.

ЛЕВ. Во второй половине декабря возможны недомогания, даст о себе знать накопившаяся усталость. В новогодние праздники вы сумеете удержать свой бюджет в норме. Есть шансы получить неожиданные подарки. Если планируете сделать кому-то презент, будьте практичны. Первая половина января не подходит для поездок. Можно столкнуться с трудностями.

Неблагоприятные дни в декабре: 19, 23, 27, 31. В январе: 3, 9, 11, 13.

ДЕВА. После 15 декабря возможно недомогание, вызванное снижением защитных сил организма. Появится рассеянность, забывчивость. Будьте внимательны ко всему, что делаете. Не упускайте из-под контроля свои финансы. В первой половине января дела романтические или семейные окажутся важнее служебных. Возможен приезд гостей издалека.

Неблагоприятные дни в декабре: 15, 20, 24, 28. В январе: 4, 6, 11, 15.

ВЕСЫ. Во второй половине декабря не исключены заманчивые предложения по работе, которые начнут развиваться в новом году. После 26 числа может подвести здоровье. В начале января возможны приятные известия, успешное разрешение житейских вопросов, увлекательное путешествие. Будьте внимательны при оформлении кредита, операциях с недвижимостью.

Неблагоприятные дни в декабре: 19, 23, 27, 31. В январе: 1, 4, 7, 13.

СКОРПИОН. В конце декабря возможна хорошая прибыль. Расходы будут связаны с праздниками и крупными приобретениями. В первой декаде января вас может потянуть на приключения и подвиги. Возможно, пришло время оживить давно сложившиеся отношения. Во второй декаде января можете отправиться в дорогу. Будьте осторожны в поездках и рискованных мероприятиях.

Неблагоприятные дни в декабре: 15, 21, 24, 28. В январе: 6, 11, 15.

СТРЕЛЕЦ. В последние недели декабря настроение могут испортить неосмотрительные траты. Январь с первых дней будет загруженным и напряженным, но появится шанс укрепить финансовые позиции. Ничего примечательного на работе в начале года не предвидится. В личной и семейной жизни возможны обиды, ревность, конфликты. Ваше счастье будет зависеть только от вас.

Неблагоприятные дни в декабре: 18, 23, 27, 30. В январе: 3, 9, 12.

КОЗЕРОГ. Во второй половине декабря появятся новые перспективы для финансовых операций, перехода на новую работу или значительное повышение на прежнем месте. За делами не забывайте о своем здоровье. Январь принесет новые возможности в бизнесе, а умение идти на компромиссы и разумные уступки поможет избежать многих неприятностей личного характера.

Неблагоприятные дни в декабре: 17, 20, 24, 29. В январе: 2, 6, 10.

ВОДОЛЕЙ. Вторая половина декабря принесет много работы, но, возможно, и ухудшение здоровья. В первой половине января больше внимания уделяйте своему здоровью, старайтесь не конфликтовать с окружающими. В любовных отношениях возможны осложнения, и лишь финансовое положение будет стабильным. Старайтесь чаще общаться с приятными людьми.

Неблагоприятные дни в декабре: 18, 22, 27, 30. В январе: 4, 9, 13.

РЫБЫ. В конце года возможна сложная ситуация на работе. Не исключены сокращения, перестановки. В этот период лучше заняться подготовкой к празднику и отойти от дел. В начале года появится потребность сменить обстановку. Январь принесет приятные сюрпризы. О вас вспомнят старые друзья, вы будете иметь успех у лиц противоположного пола. Но с 1 по 5 января может огорчить состояние здоровья.

Неблагоприятные дни в декабре: 17, 20, 24, 29. В январе: 1, 5, 11.

АСТРОЛОГИЯ ДЛЯ ПАРИКМАХЕРСКОЙ



2015 год – год Деревянной Козы выводит на пик популярности простую и элегантную прическу на каждый день для длинных и средних волос — «хвост». Для праздничного варианта стилисты предлагают гофрированные пряди, крутые локоны, косички-колосок. Для коротких волос не выходят из моды стрижки: каре, боб, каскад.

Модные оттенки волос в 2015 году — природные, придающие естественность, непринужденность и шарм.

● Не рекомендуется мыть голову и стричь волосы при Луне в знаке Рыб — волосы станут тусклыми, будут быстрее засаливаться, появится перхоть.

Стрижки в те дни, когда Луна проходит знаки Овна, Льва, Стрельца, делают волосы непослушными. При укладке волос феном или горячими щипцами в эти дни будут ломаться их кончики. Наиболее удачными бывают стрижки, когда Луна проходит знак Девы, Тельца или Козерога. Если вы хотите изменить имидж, сделать экстравагантную прическу, лучше стричься, когда Луна проходит знак Водолея.

● Собираясь в парикмахерскую, не забудьте заглянуть в наш Календарь причесок.

НАПОМИНАЕМ! В декабре текущего года стрижки лучше делать 3, 4, 30 и 31 числа (растущая Луна); 8, 9, 13-19 (убывающая Луна). Для завивки и окраски волос наиболее благоприятен период с 13 по 16 декабря.



КАЛЕНДАРЬ ПРИЧЕСОК НА 2015 ГОД

	Стрижка для стимуляции и роста волос	Стрижка для замедления роста волос	Завивка, окраска волос и лечебные маски	Неблагоприятные для лечения, завивки и окраски волос
Январь	1, 4, 5, 27, 28	9-15	2, 3, 9-13, 29, 30	7, 8, 16-21, 23-26
Февраль	1, 2, 23, 24, 28	6-11	6-9, 25-27	3, 4, 13, 14, 18-20, 22
Март	1, 23, 24, 27, 28	5-11	5-8, 23-26	2-4, 12, 13, 19-22, 29-31
Апрель	1-3, 20	5-7	1-3, 20-22, 28-30	8-10, 15-19
Май	1-4, 21, 22, 26, 27	8, 9	1-4, 16, 20, 26-31	5-7, 12-15, 18, 23, 24
Июнь	1, 22-28	13, 14	13, 14, 22-26	2, 3, 8-12, 15-17, 19-21, 29, 30
Июль	19-25	10, 11, 14	10-13, 19-23	1, 6-9, 15-18, 26-28
Август	16-22	6, 7, 11, 12	6-9	2-5, 13-15, 24, 25, 29-31
Сентябрь	16-18, 30	3, 7, 8	4-6	1, 9-11, 12-14, 19-21, 26-29
Октябрь	15, 27, 28	1, 4, 5, 9-11	1-3, 27-31	6-8, 12-14, 16-18, 23-26
Ноябрь	24, 25, 28, 29	1, 2, 5-10	5-9, 24-27	3, 4, 10-14, 20-23, 30
Декабрь	21, 22, 25, 26, 30, 31	3-9	3-6, 21-24, 30, 31	1, 2, 10-12, 17-20, 27-29

ИХ ЖЕЛАНИЯ, ЦЕННОСТИ И ПРИОРИТЕТЫ

Каждая из нас хочет стать для своего избранника женщиной всей его жизни, жить с ним долго и счастливо. Но не всем удастся воплотить эту мечту. А все потому, что у мужчин и женщин разные желания, ценности и приоритеты в жизни вообще, и в семейной в частности. Мы судим о них по себе, и редко задумываемся о том, чего ждут мужчины от отношений с женщиной.

ЧЕГО ХОТЯТ МУЖЧИНЫ

Наверняка, вы обращали внимание, что мужчины любого возраста никогда не упустят возможности заговорить с симпатичной женщиной, обратиться на себя ее внимание? Они с удивительным постоянством клуют на внешнюю красоту, сколько бы лет им ни было. Взрослеют ли они когда-нибудь настолько, чтобы оценить в нас личность, а не только восхищаться внешностью? Ведь мы хотим, чтобы мужчины любили нас не за то, что Господь сотворил нас с такими соблазнительными частями тела...

Что же особенно привлекает в женщинах мужчин разного возраста? Это не наши догадки, это их мнения.

В 20 ЛЕТ:

ЧЕМ БОЛЬШЕ, ТЕМ ВЕСЕЛЕЙ

«Мне нравятся красивые женщины с прекрасными фигурами. Первое, о чем я думаю, когда вижу женщину — подойдет ли она мне в качестве сексуальной партнерши. Обычно эта мысль возникает у меня в 70% случаев. Сейчас я даже не думаю о серьезных и длительных отношениях». **Андрей, 23.**

Большинство парней в двадцать с небольшим лет имеют только одно горячее желание: чего-то достичь в жизни, сделать карьеру, а женщины... Чем их больше, тем веселей. В двадцатилетнем возрасте мужчины воспринимают женщину как красивое дополнение, которое можно с гордостью показать окружающим: «Смотрите, какой я крутой! В меня влюбилась такая красотка!»

Однако по мере взросления мужчины начинают учиться на собственном опыте.

«Когда ты несколько раз обожжешься, общаясь с длинноногими красотками, то начинаешь понимать, что внешность в женщине — далеко не самое главное. И хотя меня по-пре-

жнему привлекают хорошенькие девушки, теперь я смотрю, насколько она чувствительна и отзывчива. У меня ведь тоже есть чувства!» **Юрий, 27.**

В 30 ЛЕТ:

СТАБИЛЬНОСТЬ И ЗДРАВООМЫСЛИЕ

«Когда мне было семь, мне нравилась девчонка, которая делала красивые замки из песка. В 17 я мечтал о той, которая круто выглядит. В 27 — о женщине, которая мечтает стать моей женой. А сейчас мне 30, и мне нужна разумная женщина, для которой постоянство — не пустой звук. В этом возрасте если обернуться меня заставляет симпатичное личико, то поддерживает дальнейший интерес серое вещество, находящееся в голове». **Денис, 31.**

Когда мужчина вступает в пору тридцатилетия, его отношение к женщине существенно меняется. Он ищет подругу, которая способна стать хорошей женой и матерью, потому что знает: нельзя провести всю жизнь в постели. К 30 годам большинство мужчин принимают решение уюмониться и потому их приоритеты меняются.

«Мне нужна женщина, которая могла бы стать хорошей матерью для моих детей, а не девица, которая только и делает, что заботится о своей фигуре, боится съесть лишний кусок и из-за этого всю семью держит впроголодь». **Павел, 32.**

В 40 ЛЕТ:

РОДСТВО ДУШ

В этом возрасте мужчины все еще способны флиртовать, однако им хочется чего-то более существенного. Они хотят, чтобы их хвалили и лелеяли. Если вы готовы выполнять такую работу, вам не составит труда найти себе мужа среди сорокалетних мужчин. Большинство неженатых мужчин в этом возрасте сгорают на работе, прилично зарабатывают и волком воют от одиночества, потому что им не с кем поделиться своими успехами.

«Сейчас, когда я достиг более мудрого возраста, меня больше интересует характер женщины, чем ее внешность. Насколько она заботлива и нежна? Что она предпочитает: отдавать или получать? Такие вопросы я задаю себе, когда в моей жизни появляется новая знакомая». **Сергей, 40.**

Афродизиак для сорокалетних мужчин является психологическая совместимость. Если в отношениях мужчины этого возраста с женщиной нет достаточного уровня комфорта, можно сказать, что они обречены на провал.

«Было бы намного легче найти подходящую женщину, если бы меня интересовала только ее внешность. Но если я не чувствую родства душ, я сразу же теряю интерес. Я хочу быть с той, которая будет смеяться над моими шутками, ухаживать за мной, если я заболел, и позволит мне заботиться о ней. Но найти такую женщину нелегко». **Борис, 42.**

ЧТО ЦЕНЯТ МУЖЧИНЫ

Вам удалось завязать отношения с понравившимся мужчиной, вы даже вышли за него замуж, а теперь вам кажется, что он не замечает и не ценит вашей заботы о нем? Поверьте, и видит, и ценит. Правда, есть одно НО. Обычно мужчины особенно ценят те моменты близких отношений, которые отвечают не только самым сокровенным их желаниям, но и характеру.

МУЖЧИНЫ-КОНСЕРВАТОРЫ

«Жена всегда готовит мне контейнеры с едой, которые я беру с собой на работу. Мне остается лишь засунуть их в микроволновку — и у меня горячий, полноценный и вкусный домашний обед». **Марк, 33.**

«Моя подружка всегда следит за тем, что я ем. Раньше я питался одними гамбургерами и чипсами, запивая их кока-колой. А теперь, когда в моей жизни появилась Она, я

ем только здоровую пищу и очень благодарен ей за это!» Виталий, 25.

Мужчины, для которых хороший обед так же ценен, как страстный поцелуй, — реалисты. Они знают, что стабильные отношения не могут быть построены только на флирте и сексе. Самый крепкий фундамент любви — ежедневная забота друг о друге.

ДОБРОСЕРДЕЧНЫЕ МУЖЧИНЫ

«Я часто вынужден работать дома, поэтому очень благодарен жене, что в такие моменты она берет нашу дочку и ухаживает с ней «занимаясь женскими делами»: они ходят по магазинам, лакомятся мороженым, гуляют, давая мне возможность спокойно работать. Но я всегда с нетерпением жду их возвращения». Эдуард, 30.

Мужчины любят, когда им предоставляют собственное пространство, но как только они его получают, тут же начинают скучать и ждать своих любимых женщин, мечтая, чтобы они как можно быстрее вернулись в круг их любви. Они любят свободу, но семья для них превышает всего.

МУЖЧИНЫ-РОМАНТИКИ

«Я уверен, что любим, но не потому, что жена делает для меня что-то особенное, а потому, что все, что бы она ни делала, доставляет мне счастье. Больше всего мы любим танцевать. И это так романтично!» Павел, 36.

«Я просто обожаю, когда моя жена целует меня на прощанье, выходя из дома, даже если она просто идет за покупками». Виктор, 32.

О романтических мужчинах мечтают все женщины. Нежный поцелуй при встрече или на прощанье, танцы вдвоем всю ночь напролет... Для таких мужчин романтика — необходимый инструмент в построении прочных отношений, пронизанных любовью и нежностью.

МУЖЧИНЫ-МАЛЬЧИШКИ

«Когда она рядом, мне не нужно думать о том, что мне надеть на работу, взять с собой в отпуск, где купить крем для бритья. Так приятно чувствовать, что о тебе заботятся!» Кирилл, 28.
«Когда она подарила мне на Новый год классный футбольный мяч, я был просто на седьмом небе. Это был самый дорогой для меня подарок, мне так надоели все эти ручки с золотыми перьями, запонки и крутые зажималки!» Антон, 30.

Мужчины, которых не волнуют мелочи жизни, которым нравится, чтобы за ними ухаживали, как мама в детстве, которые любят весело и беззаботно проводить время, умеют снять напряжение и стрессы повседневной жизни. Каждой семье необходимо научиться относиться к жизни с легкостью и чувством юмора.

ЧТО МУЖЧИН ПРИВЛЕКАЕТ В БРАКЕ

Мужчины не любят говорить о том, что им нравится в семейной жизни. Возможно, потому, что они вообще мало говорят, или потому, что не склонны анализировать чувства. Но психологи утверждают, что больше всего в браке мужчин привлекает...

...СВОБОДА ОТ СВОБОДЫ

Много свободы — это обременительно. Одиноким людям постоянно приходится решать, чем бы занять себя в свободное от работы время.

Женатый мужчина точно знает, что ему делать по окончании рабочего дня: прийти домой, поцеловать жену и детей, поужинать, сесть в кресло и посмотреть телевизор. Ну и конечно, решать семейные проблемы по мере их поступления.

«Я поздно женился, все считал, что семья — это бремя и ограничение свободы. Но пока не попробуешь, не узнаешь. Как приятно знать, что дома тебя ждут, что без тебя не могут обойтись, что ты кому-то нужен». Сергей, 38.

ЗАБОТА И КОМФОРТ

Для мужчин одна из самых больших прелесть семейной жизни — наша ежедневная забота о них. Горячий завтрак вместо бутербродов, чистые носки, выглаженные рубашки — все это мужчины ценят прежде всего.

«Однажды утром, после безуспешной попытки выдавить из тюбика последнюю каплю зубной пасты, я заглянул в шкафчик, а вдруг там есть еще один? К моей радости, там оказалось целых три тюбика, да еще моей любимой пасты! Так приятно, что жена позаботилась даже о такой мелочи, как паста». Олег, 27.

«С приходом в мою жизнь Маши у меня в доме появились такие вещи, как салфетки, гель для душа, комнатные цветы. Раньше я думал, что масло бывает двух видов: сливочное и подсолнечное. Я просто счастлив, что у меня в доме появился человек, который следит, чтобы все было, как надо!» Михаил, 28.

Но для мужчин важен не только физический, но и душевный комфорт. Мужчины воспринимают своих жен как «хранительниц жизни».

Мужчина может проснуться ночью от стра-

ха поражения, слабости, страха перед тем, что однажды ему станет не по силам играть роль бесстрашного и непобедимого героя. В такие минуты достаточно протянуть руку, чтобы прикоснуться к жене, обнять ее, вдохнуть ее запах и обрести жизненную силу.

ВОЗМОЖНОСТЬ ИМЕТЬ ЖЕНУ-ЛЮБОВНИЦУ

«В свое время я был тем еще плейбоем. Но после 10 лет брака я никогда не променяю удовольствие быть с любимой женщиной на одноразовый секс со случайной красоткой». Алексей, 42.

Интимная сторона семейной жизни может приносить самые острые ощущения, потому что за плечами большой опыт. Супруги прекрасно чувствуют желания друг друга и знают, как их исполнить.

ДРУЖЕСКОЕ ОТНОШЕНИЕ

Одна из худших сторон холостяцкой жизни — культ собственной личности. Женатые мужчины больше не помешаны на личной значимости. Теперь в их жизни есть жены и дети, за которых они несут ответственность и готовы отдать жизнь. Мужчины очень ценят, когда жены становятся близкими людьми, способными разделить их чувства, боль и радость.

«Я прожил со своей женой 17 лет и считаю, что мужчины не способны на такую дружбу, на которую способны женщины. Для мужчин быть с кем-то предельно откровенным — большая редкость. Я счастлив от того, что Лена знает обо мне все. Мы вместе прошли через перемены, триумфы, рождение детей, удачи и невзгоды. Меня просто переполняют чувства при мысли о том, что она есть у меня, что мы вместе». Александр, 46.

Теперь, когда вы знаете, что мужчины хотят видеть в женщине, что они любят и ценят, присмотритесь внимательно к своему любимому, постарайтесь понять, каковы его приоритеты. Если вы сможете воплотить его мечты о семейной жизни, он будет счастлив сам и сделает счастливым вас.



РАДИ АТМОСФЕРЫ ПРАЗДНИКА

Новый год — самый любимый в нашей стране праздник. Сегодня мы предлагаем вам идеи, которые помогут украсить любое помещение и создать в нем соответствующую атмосферу.

ШЛЯПА ФОКУСНИКА

Пирамида из ярких цилиндров с подсветкой — прекрасная альтернатива елке. Каждый цилиндр представляет собой проволочный каркас, обтянутый сизалем (можно купить во флористическом магазине). Для украшения тульи использованы тесьма и пластиковые ягоды. Цилиндры соединены проводом большого сечения и лентой светодиодов. Места соединения замаскированы сосновыми веточками с шариками.

В «ЗОЛОТЕ» И «СЕРЕБРЕ»

Очень необычно смотрится елочка, которая может украсить любой свободный простенок в комнате или коридоре. Пластмассовые елочные украшения золотистого и серебристого цвета разного размера и формы расположите на стене треугольником и приклейте за ниточки прозрачным скотчем. А если оставшиеся игрушки сложить в прозрачную вазу и поставить на пол, композиция будет выглядеть не только изящно, но и законченно.

КАК ПРИКЛЕЕННАЯ

Если в вашем доме есть стена, выкрашенная масляной краской, украсьте ее елкой, вырезанной из самоклеющейся пленки. Цвет пленки подбирайте под цвет стен. А чтобы стены не пришлось после праздника перекрашивать, перед тем, как снять пленку, прогрейте ее тепловой струей воздуха из фена.

НА НОВЫЙ ЛАД

«Снежинки» из бумаги, наклеенные на оконное стекло, это традиционное для нашей страны новогоднее украшение. Попробуйте его немного изменить. Вырезанные собственноручно «снежинки» или купленные резные салфетки разных размеров наклейте на стекло сужающимся кверху треугольником, и они будут выглядеть, как изящная и ажурная елка.

У ЗЕРКАЛА

Очень необычно смотрится елка, представляющая собой стопку ящиков, коробок, книг и папок, сложенных у зеркала. Здесь главное — правильно подобрать цветовую гамму.

В СТИЛЕ ОБЛОМОВА

Мягко и уютно выглядит елка из подушек и подушечек. Кстати, собрать ее не так сложно, как кажется. Нужны лишь наволочки одного цвета, но разного раз-



Главным украшением, которое порадует Хозяйку года, должно быть хвойное дерево: ель или сосна. Можно украсить дом ветками хвойных растений, цветами в плоских букетах. Повесьте на елку какие-нибудь деревянные украшения.





мера. А в них не обязательно класть подушки, вполне подойдут сложенные пледы, покрывала и махровые полотенца.

ВОЗДУШНАЯ ЕЛКА

Очень легко и воздушно смотрится «елка» из подвешенных на разной высоте елочных игрушек. На прикрепленную к потолку решетку или кусок картона с проколотыми дырочками подвесьте отрезки тонкой лески разной длины (в центре покороче), привяжите к леске разогнутые канцелярские скрепки, а на них повесьте елочные игрушки.

ДАЧНЫЙ ВАРИАНТ

Если вы собираетесь встречать Новый год на даче, для создания подобия елки вам понадобится палета, белая краска и немного картонных и тканевых игрушек с рождественскими символами. Нарисуйте силуэт елки на палете и развесьте на ней игрушки.

Если палеты в вашем дачном хозяйстве нет, подойдет любой простенок или даже дверь.

ПРИГОДИТСЯ И КАРТОННАЯ КОРОБКА

За такое произведение дизайнерского искусства люди платят бешеные деньги. А ведь это всего лишь полоски гофрированного картона, надетые на тонкую острую спицу. При желании вы сами можете стать дизайнером.

ПРАЗДНИК НА КУХНЕ

Если готовиться к встрече Нового года по полной программе, то на кухне не то что елке нет места, яблоку негде упасть. Но и туда можно впустить праздник, если у вас на кухне стоит белый холодильник. Он и создаст праздничную атмосферу, надо только превратить его в симпатичного снеговика.

Подготовила Галина УЩАКОВА



Под елкой и в комнате расположите игрушки, изображающие животных. Главным украшением должна быть Деревянная Коза. Если нет игрушки, повесьте на видном месте картинку с изображением козы или овечки; их можно вылепить из пластилина. В убранстве дома должны присутствовать цветы, зелень, чистая вода. Желательно на видном месте поставить плошку с геранью.

«СВЕТ МОЙ,

ЗЕРКАЛЬЦЕ,
СКАЖИ...»

Из всех предметов обихода человека наиболее загадочный — зеркало. Во все времена оно было окружено ореолом мистики. Считалось даже, что с его помощью можно общаться с потусторонним миром, предсказывать будущее, раскрывать тайны прошлого. Так это или нет, разобраться сложно. Ведь с физической точки зрения зеркальная поверхность лишь преломляет лучи света, беспристрастно отражая то, что находится перед ней. Но у наших предков с зеркалом связано много суеверий, предрассудков и примет.

ВСЕ НАЧАЛОСЬ С ВОДЫ

Сначала свое отражение люди увидели в воде, и это натолкнуло их на изобретение зеркала. Считается, что первые бронзовые и серебряные зеркала появились в Древнем Шумере, Индии и Египте. Изготовление стеклянных зеркал первыми освоили венецианские мастера, жившие и работавшие на острове Мурано. Причем, секрет изготовления стеклянных зеркал они хранили более 200 лет и продавали зеркала по баснословным ценам. Зеркало, в котором можно было увидеть себя в полный рост, стоило в 20 раз дороже, чем полотно кисти Рафаэля.

ОТПЕЧАТОК ПРОШЛОГО

Считается, что зеркало «с историей» несет на себе отпечаток прошлого. Ведь в него смотрелись разные люди и не всегда с позитивными мыслями и намерениями. Возможно, оно было свидетелем скандалов, сцен насилия, кровавых драм. Поэтому люди склонны подозревать старые зеркала в том, что они хранят негативную энергетику, притягивают несчастья и плохо влияют на психику тех, кто смотрит в них сейчас.

Но если по наследству вам досталось бабушкино зеркало или вы купили старинное зеркало — произведение искусства — то, прежде чем внести его в свой дом, можно проверить его на негативную энергетику. Если зеркало всегда холодное на ощупь, а церковные свечи перед ним гаснут, экстрасенсы советуют избавиться от зеркала без сожаления.

КАК ЧИСТИТЬ

Все зеркала, находящиеся в доме, нужно регулярно протирать влажной тряпкой, очищая от пыли и пятен, но если вы боитесь отрицательной энергетики зеркала (из-за отражений нехороших людей, их негативных эмоций и недобрых намерений), их можно очистить более тщательно. Вреда не будет.

В прежние времена особо очищали зеркала,

если они были:

- старые
- подаренные
- после большой компании гостей
- после посещения неприятного человека
- по окончании болезни.

Зеркало мыли святой или холодной родниковой водой, читая при этом молитву «Отче наш», затем зажигали церковную свечу, обводили ею периметр зеркала сначала по часовой, потом против часовой стрелки, говоря при этом: «Чернь убираю, грязь выжигаю, свет привлекаю, добро умножаю». Свечу оставляли догореть перед зеркалом или выставляли его на солнце.

ОПАСНЫЕ ЗЕРКАЛА

Особенно опасными считались следующие зеркала.

- Разбитые и треснутые. В них вообще нельзя было смотреться, чтобы не было беды.
- Огромные во всю стену, висящие в общественном месте. Говорили, что они вбирают в себя энергетику пространства, искажая действительность.

● Те, в которые смотрит смертельно больной человек. Такие зеркала подлежали регулярному очищению.

● Находящиеся в доме, где кто-то умер. Поскольку верили, что душа умершего еще какое-то время находится в доме. Может быть, отсюда пошла традиция закрывать зеркала тканью в доме, где умер человек или находится покойник.

ПОЛЕЗНЫЕ ЗЕРКАЛА

Ими считались малюсенькие зеркальца, нашитые на одежду в качестве пайеток. Эти мини-обереги якобы отражают косые завистливые взгляды и отпра-

вляют их обратно к недоброжелателям.

● Во все времена оберегами считались зеркальные подвески и медальоны на груди. Они были призваны снимать негатив от частого отражения их хозяина в различных глянцевах поверхностях.

● Зеркала, вывешенные на наружных стенах дома или вставленные в окна отражающей поверхностью наружу, чтобы сглаживать дурное влияние окружающей среды.

РАДУЙТЕСЬ СВОЕМУ
ОТРАЖЕНИЮ

Чаще всего, глядя на себя в зеркало, мы ищем в своей внешности недостатки, находим и сетуем на них, расстраиваемся или даже злимся. Это — негативные эмоции. А надо смотреться в зеркало, желая себе только самого хорошего, говорить своему отражению, что оно самое красивое, привлекательное и замечательное. Если дарить зеркалу позитивную энергию, через некоторое время вы почувствуете улучшение настроения, прилив сил и оптимизма. Начинать и заканчивать общение с зеркалом с улыбки. Говорите себе, глядя на отражение, как вы построились, похорошели, поздоровете, как прекрасно выглядите. Постепенно сила зеркала или самовнушение сделают свое дело.

КАКОЕ ЗЕРКАЛО
КУПИТЬ?

Считается, что лучше всего зеркала-

круглое или овальное, но обязательно то, в котором вы сами себе нравитесь. Пусть оно даже немного лыстит вам. Глядя в такое



зеркало, вы со временем будете становиться похожей на свое отражение.

КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ

Конечно, от кривых и неправильных зеркал не будет беды, но и пользы от них никакой. Комната смеха — это забавное зрелище, но лучше туда не ходить. Кривые зеркала отражают искаженное изображение, а значит, искажают ауру.

Не менее вредны зеркала, состоящие из множества мелких зеркалец: они нарушают целостность и вашего образа, и восприятия действительности.

Не следует вешать в доме зеркало, в котором вы не видите своей головы, и, чтобы рассмотреть лицо, вынуждены наклоняться. Если смотреть в такое зеркало постоянно, то так и будете идти по жизни, преклоняя голову перед несчастьями и неприятностями.

ХРАНИТЕЛЬ ДОМА

Мало кто знает, откуда пошла привычка обязательно посмотреть в зеркало, когда, забыв что-то, возвращаешься домой, но очень у многих она есть.

Если вы, уходя из дома, бросаете напоследок взгляд в зеркало, вы таким образом даете ему приказ на защиту дома от негативной энергии, а вернувшись с дороги, нарушаете ее. Чтобы возобновить защиту, следует посмотреть в зеркало еще раз. В старину в таком случае было принято три раза сказать зеркалу: «Дурное — отражай, хорошее — умножай», чтобы таким образом «поставить» зеркало на защиту от проникновения зла в пустое жилище.

Считается хорошим знаком, когда зеркало висит напротив входной двери. Тогда, кто бы ни вошел в квартиру, сразу отразится в нем и снимет с себя негативный энергетический «мусор», который «налип» за день.

КУДА ПОВЕСИТЬ

Давно прошли те времена, когда в доме было одно зеркало, теперь они висят в каждой комнате.

● В ванной зеркало следует вешать так, чтобы никому из домочадцев не приходилось наклоняться в попытке рассмотреть свое лицо целиком.

● Зеркало в гостиной расположите так, чтобы оно не отражало диван и ваше любимое место отдыха, например, кресло перед телевизором. Направьте его на детали интерьера, символизирующие благополучие и достаток: аквариум с золотыми рыбками, картины с морскими пейзажами, вазы и горшки с цветами.

● Любое зеркало должно висеть так, чтобы в нем отражалось некоторое пространство над головой смотрящего.

● Нельзя помещать зеркала друг против друга, создавая зеркальный коридор. Этот прием использовали только во время гадания. В обычной жизни он небезопасен.

● Принято вешать зеркала так, чтобы они не отражали мусора, емкости с грязным бельем и других неприглядных деталей вашего жилища.

● Жители Древнего Востока, например, вешали зеркало на наружную стену у входной двери, чтобы оно не пускало злую энергию в дом.

● А если вставить зеркальное стекло в то окно, что смотрит из вашего дома на расположенную поблизости больницу, тюрьму или morg, оно будет отражать и отводить от вашего дома исходящий от них негатив.

ТЕХНИКА ОБЩЕНИЯ

Верим мы в эти приметы или нет, невредно помнить, что лучше

● Реже смотреться в зеркало, если вы переутомлены, в депрессии или болеете. Ваше состояние может негативно отразиться на других членах семьи.

● Не ругать перед зеркалом себя, своих близких и уж, тем более, само зеркало.

● Не кривляться перед зеркалом.

● Не смотреться в него каждые пять минут.

● Отходя от зеркала, желать себе успехов.

● Не подходить к нему с дурными мыслями или в плохом настроении.

● Не дарить и не принимать в дар зеркала и предметы, украшенные зеркалами.

● Не есть перед зеркалом — рискуете «съесть» свою красоту.

● Не смотреться в зеркало в полумраке или при свечах.

СГЛАЗ ЧЕРЕЗ ЗЕРКАЛО

В старину люди считали, что любой недоброжелатель через ваше зеркало может вас сглазить. Так, например, Иван Грозный, очень страшившийся дурных сил и сглазов, распорядил-

ся, чтобы зеркала для него и его жен делали только слепые умельцы. По этой же причине нельзя было смотреть в зеркало женщине во время менструации, когда она наиболее уязвима. Запрещалось любоваться собой в зеркале беременным и роженицам сразу же после рождения ребенка.

В Испании долго было принято цеплять на одеяния маленьких детишек множество маленьких зеркалец, чтобы оградить их от взоров завистников.

НУЖНО ЛИ ЗЕРКАЛО В СПАЛЬНЕ?

Зеркало имеет право находиться в спальне, но расположить его надо так, чтобы оно не отражало постель. Когда человек спит, он наиболее беззащитен, и зеркало моментально впитает его энергию. К тому же, ночь — время освобождения от негативной энергии, накопленной за день. Впитав ее, ночью зеркало отдаст ее обратно. А это может стать причиной кошмаров, бессонницы, недомоганий. Считается, что зеркало, отражающее кровать, способствует семейным ссорам, беспокойству и супружеской неверности. Кстати, есть примета, что постоянные ссоры в семье можно остановить, если купить и повесить в доме новое зеркало.

МИСТИКА ИЛИ НАУКА?

Многие века зеркало считалось инструментом дьявола и служило для всевозможных магических ритуалов.

Но современные ученые, изучая физические свойства зеркал, не исключают, что зеркало — мощный накопитель энергии — может «собирать» информацию, запоминая и аккумулируя наши эмоции. Отражая веселое лицо, оно умножает радость, и точно так же усугубляет плохое настроение, депрессию, ненависть, желание отомстить...

Именно поэтому ученые и мистики предупреждают нас от магических опытов с зеркалом.

Подготовила Мария ДРОНОВА



«УНЕСЕННАЯ ВДОХНОВЕНИЕМ...»

Энергии и целеустремленности этой невероятной женщины хватило бы, наверное, на десятерых мужчин. А количеством событий, перипетий судьбы и настоящих приключений жизнь Анны Марли могла бы поспорить с «многотомной» историей знаменитой француженки Анжелики. Только Анжелика — плод писательской фантазии, а русская француженка Анна Юрьевна Бетулинская-Смирнова, взявшая себе псевдоним Марли — абсолютно реальный человек, чья жизнь вместила в себя практически целый век. Такой интересный, страшный и прекрасный XX век...

С ТАКОЙ-ТО РОДОСЛОВНОЙ!..

В воспоминаниях Анны Марли есть такие строки: «Меня как будто вихрем носили вдохновение и творчество. Я в жизни ничего не боялась и шла вперед, правда, принимая на себя часто самое тяжелое. Видно, рыцарская кровь играет...»

Насчет крови Анна Юрьевна была абсолютно права. Она родилась в Петрограде в старинной дворянской семье. Все ее предки ставили превыше всего честь и службу Отечеству — на любом поприще.

В ее генеалогическом древе — поэт Михаил Лермонтов и государственный деятель Петр Столыпин, философ Николай Бердяев и художник Димитрий Стеллецкий; отдельной ветвью на древе — род Алфераки, приехавших из Греции в Россию по приглашению Екатерины Великой и давших новой родине многих известных деятелей культуры и меценатов. Такой родословной Анне Бетулинской стоило гордиться.

...Но эта же родословная круто изменила жизнь ее семьи. Анна родилась всего через несколько дней после Октябрьской революции. В декабре 1918-го отец Ани Юрий Андреевич, служивший до революции помощником обер-секретаря Сената, был арестован и расстрелян без суда и следствия. Мать, Мария Михайловна, с двумя дочерьми — шестилетней Мариной и годовалой Аней — и их няней бежит из России через Финляндию и обосновывается на юге Франции.

Семья испытывает острую нужду, как и большинство русских эмигрантов, но живет дружно, в заботе друг о друге.

БАЛЕРИНА, ПЕВИЦА, ПОЭТ... И ПРОСТО КРАСАВИЦА!

Анна росла веселым, подвижным, обаятельным ребенком. Живая и очень талантливая девочка искала приложения своей энергии. Она рано приобщилась к

музыке. Недалеко от них жил с семьей Сергей Прокофьев. Композитор заинтересовался маленькой девочкой, стал заниматься с ней. Анна всегда гордилась тем, что первые уроки композиции и гармонии преподавал ей великий Прокофьев. Он предвещал ей большое будущее как музыканту. Но Анна, не оставляя уроков музыки, уже загорелась танцами. В школе она посещала класс звезды Мариинки Юлии Седовой, а после окончания школы и переезда семьи в Париж — студию Матильды Кшесинской.

Затем — турне с «Русскими балетами Парижа», выступления в популярной в 30-е годы группе Алисии Вронской «Восемь скульптурных красавиц». Параллельно — учеба в Русской консерватории имени Сергея Рахманинова, где профессор Ксения Федоровна де Дараган настоятельно советовала: «Деточка, у Вас золото в горле. Голос поставлен от природы. Главное — поддержка и упражнения».

А где-то между танцами и вокалом, между детством и девичеством, как-то на Рождество, Анна получила неожиданный подарок от няни, в тот момент и не подозревавшей, что дарит своей питомице судьбу — в жизнь Анны вошла гитара. Этот прекрасный инструмент разлучил девушку в конце концов с балетом, но сам стал верным и неизменным спутником — навсегда.

...Анна сама сочиняет песни, поет, аккомпанируя себе на гитаре. Тогда она была, наверное, единственной, кто пел под гитару свои композиции и, судя по всему, «молодой талант Анна Марли», как называли ее парижские газеты, стояла у истоков такого жанра как бардовская песня.

Она — желанная гостья французской и русской богемы, поет в шикарных кабаках и ресторанах, где среди публики — великие князья, испанские гранды и английские принцы. У нее уже состоялись первые зарубежные гастроли — в Бельгию и Голландию, и сам великий шансонье Морис Шевалье ей заказал несколько песен. В 1936 году Анну по конкурсу принимают во французское Общество авторов и композиторов. А ведь ей нет и двадцати! Сколько событий, сколько разносторонней деятельности, сколько, бушующей, энергии!!!

Она участвует в конкурсе «Русская красавица», в жюри которого — светила русской культуры зарубежья: художник

Константин Коровин и ювелир Карл Фаберже, писатели Надежда Тэффи и Василий Немирович-Данченко, балетмейстер Серж Лифарь. Очарованное прекрасной девушкой с мягкой улыбкой и лучистыми глазами жюри не могло не присудить ей победу!

Чуть позже Анна выступает на подиуме среди красавиц уже на европейском турнире. А среди всего этого калейдоскопа событий и лиц успевает влюбиться и выйти замуж!

Красавица с гитарой, с чарующими и нежными песнями на устах, веселая и умная, грациозная без жеманства и притворства, Анна Марли — ее «родная» фамилия была трудна в произношении для французов, и Анна взяла себе псевдоним, — представляла гремучую смесь для мужских сердец. От нее сходили с ума министры и банкиры, лорды и журналисты, художники и пилоты. Рука же ее и сердце достались голландскому дипломату барону ван Доорну. Правда, ненадолго — возлюбленный оказался существом ветренным и недостойным...

ГИМН БОРЬБЫ

Праздник жизни прервала война. Анна бежит из оккупированного немцами Парижа и оказывается в Лондоне. Судьба приводит ее в армию генерала де Голля и во французскую службу Би-Би-Си «Французы говорят французам». С труппой британского военного театра она колесит по всей Англии, выступая на военно-морских базах, аэродромах, в отрядах «Свободной Франции». И всюду с нею — гитара.

Марли пишет новые песни — песни борьбы и мужества. В 1942 году она создает песню, ставшую гимном движения Сопротивления — «Марш партизан». Вот как рассказывала о рождении своей самой знаменитой песни она сама: «На русском фронте идут бои, горят села, храбрецы уходят в леса, к партизанам. В мыслях я с Россией. Как никогда прежде, чувствую себя русской. Мне близка судьба моей далекой Родины. Одним порывом, как крик сердца, рождается мой «Марш партизан». Насвистываю мотив, пою... Перед мысленным взором — все, кто борется за свободу...»

Анна Марли написала слова песни по-русски, мысленно обращаясь к русским партизанам, а некоторое время спустя

два молодых военных журналиста (будущие знаменитые писатели) Жозеф Кессель и Морис Дрюон предложили ей французскую версию текста. Песню записали и каждый день на восьми языках передавали по радио. Мелодия «Марша партизан» стала позывным французского подпольного радио. В те далекие годы эту мужественную песню пела вся сражающаяся Франция...

Пришла долгожданная победа. 17 июня 1945 года Анна поет во дворце Шайо на победном гала-концерте.

Перед нею выступает великая Эдит Пиаф. Уходя со сцены и проходя мимо Анны, легко хлопает ее по плечу:

— Привет, гитара... Теперь твой черед...

«Марш партизан» достиг такой популярности, что по окончании войны его даже предлагали сделать национальным гимном Франции.

Единственные, кто не слышал эту песню, это те, о ком и для кого она была первоначально написана — русские партизаны!..

ЭДИТ ПИАФ, УИНСТОН ЧЕРЧИЛЬ И ВСЕ-ВСЕ-ВСЕ!..

Анна Марли везде нарасхват. Но творческий пыл ее не иссякает — она пишет стихи, сочиняет музыку, а география ее выступлений становится все шире. В послевоенный период Анна Марли много ездит с гастрольями по странам Европы, Африки, Америки.

Ей аплодируют генерал де Голль и фельдмаршал Монтгомери, Уинстон Черчилль и испанский король Хуан Карлос, президент Аргентины Хуан Перон и его легендарная несоразмерная Эвита...

Ей заказывают песни Морис Шевалье, Саша Гитри, Луи Потера, а включить их в свой репертуар сочли за честь Эдит Пиаф и Джонни Холидей, Ив Монтан и Леонард Коэн, Джоан Баез и Марлен Дитрих! Кстати, среди прочих пел их и советский хор Ансамбля песни и пляски имени Александрова — на французском языке, выступая в парижском концертном зале «Плейель», — совершенно не подозревая, что автор песен — наша соотечественница.

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО МИРУ И ПО ЖИЗНИ

Один из журналистов, говоря об Анне Марли, заметил, что эту женщину можно отнести к породе редких везунчиков: все ее затеи, даже самые авантюрные, мистическим образом оказывались реализованы!

В конце сороковых на гастролях в Бразилии Анна познакомилась со своим соотечественником, так же в свое время вынужденно покинувшим Россию. — Юрием Александровичем Смирновым, главным специалистом металлургической промышленности Чили. Марли,

возможно, подустав от мужчин из богемы, с радостью связала свою жизнь с надежным и основательным Смирновым. Как оказалось, их обоюдный выбор был абсолютно правильным: они прожили в любви и согласии 52 года!

Яркое путешествие Анны по жизни продолжилось; теперь у нее появился новый спутник, а вот авантюризм остался прежним...

В столице Аргентины Буэнос-Айресе Анна открыла, по ее словам, «прелестное маленькое кабаре» — своеобразный музыкальный театр, в котором блистала и сама хозяйка, — которое называлось «Клуб бродяг» и куда заглядывала на огонек самая разная публика — от дипломатов до студентов, в общем, «бродяги» с хорошим вкусом.

Частенько захаживал сюда и президент Перон с супругой...

Через несколько лет из Аргентины, власти которой явно благоволили нацистам, уцелевшим после разгрома Германии, Анна вместе с мужем перебираются сначала в Чили, а затем в Америку и останавливаются в уютном доме недалеко от Нью-Йорка.

Анна, как это уже не раз случалось, резко повернула «вектор» своей активной деятельности. Заметив, что многие чернокожие дети рано становятся членами уличных банд (а ведь они так музыкальны от природы), Марли в конце 1960-х организовала детский негритянский хор «Марлетки»! Для его репертуара даже написала несколько песенок. Успех детского чернокожего коллектива превзошел все ожидания!

...Однако возраст начинал сказываться и на этой безумно энергичной женщине: Марли стало тяжело руководить детским коллективом, и она оставила эту деятельность. Юрий Александрович также оставляет свою должность профессора металлургии Дрексельского университета, и они переезжают в Алабаму. Но и там буйная карьера Анны Марли не затихает, она лишь видоизменяется: «...Я просто пишу песни, увлекаюсь старинной, участвую в провинциальных концертах и собираю свои сочинения для издания...»

Еще через несколько лет они вновь переезжают, теперь уже во Флориду, где обитает большая русская колония. В своем просторном доме на берегу синей бухты неутомимая Анна организует «Салон Марли» для своих соотечественников-французов, где звучат лекции на самые разные темы культуры,

истории, географии, искусства. Параллельно идет написание мемуаров. После их публикации настает черед сборника новых стихов, книги басен, сценариев...

В начале 2000-х умирает Юрий Смирнов, с которым они счастливо прожили целую жизнь. Марли тяжело переживает его уход, и вновь решает поменять свою жизнь, переехав на Аляску в поисках уединения. Там она и умерла в 2006 году, на 89-м году жизни.

ДОСТОЙНАЯ ПАМЯТИ

В июне 2000 года, в день 60-летия обращения генерала де Голля к нации, Анна посетила Париж по личному приглашению Президента Ширака.

В присутствии Президента и тысяч парижан удостоили ее высших воинских почестей и права зажечь огонь у Могилы Неизвестного Солдата под Триумфальной аркой.

Анна Марли, русская французенка Анна Юрьевна Бетулинская, стала второй женщиной, которой доверили эту честь, — первой была английская королева Елизавета.

...На своих поздних фотографиях седовласая пополневшая Анна Юрьевна все так же величественно прекрасна и очень похожа на Анну Ахматову. Как-то подруга Анны Юрьевны, наша выдающаяся певица Лина Мкртчян, сказала с горечью: «Две великие Анны подарены миру Петербургом: первая не обрела и памятник в нем, вторая — и памятник». Но это было предвидено Анной Юрьевной, как предвидено и возрождение: «Забудут!» — вот чем удивили!

Меня забывали сто раз,
Сто раз я лежала в могиле,

Где, может быть, я и сейчас.

А может, и гложет, и слепа,

В земле истлевала зерном,

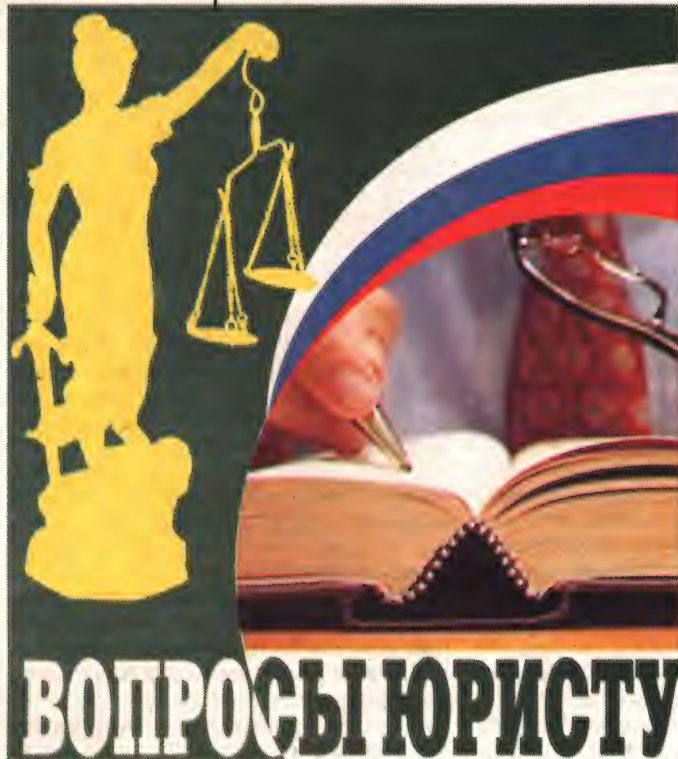
Чтоб после, как феникс из пепла,

В эфире восстать голубом...

Времена меняются, к нам возвращаются если не сами люди, составляющие часть нашей истории и культуры, то хотя бы их имена. В том числе и имя нашей «замечательной и многоталанной», по выражению Валентина Распутина, соотечественницы Анны Юрьевны Смирновой-Марли...

Подготовил
Саша МИРТ
по материалам:
А. Хайретдинова.
Анна Марли — русская
муза французского
Сопротивления; А.
Смирнова-Марли.
Дорога домой; О.
Соколовская. Голос
Свободы; и
Интернет-сайтов





О решении спорных вопросов по жилью

Мне 20 лет. Мои родители развелись, когда я была еще маленькой. Все эти годы отец практически не появлялся, платил алименты крайне редко, когда его находили судебные приставы. У него по-прежнему имеется задолженность по уплате алиментов. Скажите, могу ли я отказаться от своего отца. Мне кажется, он еще даст о себе знать, сможет подать алименты на меня. Я не хочу иметь с ним ничего общего,

даже носить его фамилию, поскольку он меня не растил, толком не содержал, издевался над моей матерью.

«**О**тказаться» от отца можно только путем оспаривания его биологического отцовства в соответствии со ст. 52 Семейного кодекса, которая предоставляет право совершеннолетнему ребенку самому предъявить такой иск. Чтобы этот иск предъявить, необходимо быть уверенным, что на самом деле Ваш отец не является Вам биологическим отцом, в противном случае Вы потратите деньги на оплату

экспертизы, а результат не получите.

Кроме того, если Вы не желаете иметь фамилию отца, то согласно ч. 2 ст. 58 ФЗ «Об актах гражданского состояния», Вы имеете право на перемену фамилии. Перемена производится органом записи актов гражданского состояния по месту жительства или по месту государственной регистрации рождения лица, желающего переменить фамилию. Для этого Вам необходимо обратиться в орган записи актов гражданского состояния с заявлением о перемене фамилии.

Однако, возможно, имеет смысл сейчас немного повременить с переменной фамилии и дождаться момента вступления в брак, тогда Вы сможете взять фамилию своего супруга.

Что касается взыскания алиментов на родителей, то процедура эта гораздо более сложная, нежели взыскание алиментов на несовершеннолетних детей, поэтому далеко не каждый родитель сможет добиться получения алиментов со своих детей. Так, в соответствии со ст. 87 Семейного кодекса РФ, трудоспособные совершеннолетние дети обязаны содержать своих нетрудоспособных нуждающихся в помощи родителей и заботиться о них. Данная норма означает, что на родителе, обращающемся за взысканием алиментов, лежит обязанность по доказыванию своей нетрудоспособности и нуждаемости. Нетрудоспособными считаются инвалиды I и II

группы, а также пенсионеры по старости. Нуждаемость доказывается путем представления сведений об имеющемся доходе и о тех затратах, которые необходимо ежемесячно производить (например, расходы на оплату коммунальных услуг, на лекарства, назначенные лечащим врачом и не предоставляемые государством бесплатно). Алименты на родителя взыскиваются в твердой денежной сумме, а не в доле, как на несовершеннолетних детей.

Кроме того, согласно ч. 5 ст. 87 СК РФ дети могут быть освобождены от обязанности по содержанию своих нетрудоспособных нуждающихся в помощи родителей, если судом будет установлено, что родители уклонялись от выполнения обязанностей родителей. В данном случае рекомендуем Вам хранить имеющиеся у Вашей матери постановления судебных приставов-исполнителей об имеющейся у Вашего отца задолженности по уплате алиментов и, в случае предъявления им иска, Вы сможете предъявить данные документы в суд и настаивать на том, что Ваш отец уклонялся от Вашего содержания.

**На вопрос отвечали
независимый советник
по правовым
вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат
О.Н. АЛИМКИНА**

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ



ркотиков и алкоголя в неумеренных количествах отрицательно влияют на здоровье человека, которым наделил его Бог.

Такой грех называется пренебрежением к дарам Божиим, и если Вы постоянно этим пренебрегаете, то таким образом Вы свидетельствуете Богу, что Вам это здоровье не нужно. Ну, а о последствиях дурных привычек можно дальше не писать. К тому же, если посмотреть медицинскую статистику, то табачным дымом дышат не только курящий, но и окружающие его люди, получая не меньшую дозу того дыма, что и курящий. Рассматривая дальше Ваш вопрос, безусловно, нужно помнить о том, что если человек будет увлекаться футболом, хоккеем, шахматами и т. д., и при этом не будет находить времени на семью, родственников, работу, на общение с Богом и молитвы, то безусловно, даже такие, на первый взгляд, безобидные вещи будут являться конкретным для этого человека греховными.

Почему курение считают грехом? Где об этом написано? Кто об этом сказал?

Пристрастием, или страстью, это можно назвать, как и любовь к футболу, хоккею, шахматам, компьютерным играм, без которых люди не могут прожить и дня. Но страстью можно назвать и любовь к театру, кино, телевизору, работе, своему дачному участку и так далее. Это все увлечения людей, которые никому не мешают и не несут с собой ничего плохого. Почему же курение, которое, кроме самого курящего, никому не вредит, считают грехом?

Такая жизненная позиция, с религиозной точки зрения, считается глубочайшим заблуждением, и если мы говорим о курении, то, конечно же, это — грех. Почему?

Господь дал каждому из нас все для того, чтобы осуществлять жизнедеятельность на нашей планете: разум, зрение, обоняние и, в том числе, телесное здоровье. С медицинской точки зрения, табакокурение, употребление на-

встречают Новый год в семьях священников. Ведь это самый радостный праздник, к которому готовятся дети и очень ждут его. А у священников дети тоже есть. Наряжают ли для них новогоднюю елку? Дарят ли подарки? Приглашают ли Деда Мороза?

Под бой курантов поднимают ли в этих семьях бокалы с шампанским (пусть даже за постным столом)?

Конечно, если Вы считаете себя православным христианином, то приоритет нужно отдавать церковным праздникам. Я воспитывался в семье священника и помню, что из года в год под Новый год мы устанавливали елку. Родители нам дарили подарки, поздравляли с наступающим Новым годом, желали помощи Божией в учебе, в духовном развитии и т. д. Вечером мы шли в церковь, так как 31 декабря вечером практически во всех храмах совершается молебен на новолетие, просили у Бога благословения на предстоящий год, затем возвращались домой, это уже было около 21.00, и устраивали чаепитие, которое длилось до двенадцати часов ночи. В двенадцать слушали поздравление Президента России (потому что это — наша страна, и нам безразлично, что говорит нам наш Президент), ну и под бой курантов взрослые наливали себе шампанское, а нам лимонад и, поздравив друг друга, ложились спать. Конечно же, о нарушении поста никакой

речи и не было. Ну а на Рождество после ночной службы начиналось все самое интересное, мы ходили на утренник, встречались с Дедом Морозом (получая еще один подарок), ходили на аттракционы, которые приезжают только зимой, ну и, естественно, разговлялись. В моих воспоминаниях остались два замечательных праздника. Если Вы пожелаете встретить Новый год, помните, что ни о каком разговлении не может быть и речи.

Я живу далеко от церкви и в праздник Рождества Христова не могу поехать в храм, а смотрю его по телевизору. Можно ли в это время, находясь перед экраном, сидеть? До какого момента надо обязательно смотреть передачу, а когда можно уже телевизор выключить?

Если речь идет о прямой трансляции Богослужения, которая совершается Святейшим Патриархом, то конечно, желательно досмотреть его до конца. Хотя службу Вы смотрите по телевизору, но должны к ней относиться как к молитве, и если есть возможность, нужно встать перед иконами и слушая трансляцию, совершать молитву. Если Вам что-либо не позволяет стоять (сильная усталость, болезнь), смотрите, сидя перед телевизором.

Православный календарь на январь

(новый и старый стиль)

- 2 января / 20 декабря — Прав. Иоанна Кронштадского
- 3 / 21 — Свт. Московского Петра, всея России чудотворца
- 6 / 24 — Навечерие Рождества Христова (Рождественский сочельник)
- 7 / 25 — Рождество Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа
- 13 / 31 — Отдание праздника Рождества Христова
- 14 / 1 января — Обрезание Господне. Гражданский Новый год по старому стилю
- 15 / 2 — Преставление и второе обретение мощей прп. Серафима, Саровского чудотворца
- 18 / 5 — Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник)
- 19 / 6 — Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа
- 25 / 12 — Мц. Татианы и с нею в Риме пострадавших
- 27 / 14 — Отдание праздника Богоявления. Равноап. Нины, просветительницы Грузии.

КАК СТАТЬ ЗВЕЗДОЙ вечеринки

Подарки куплены и упакованы, меню составлено, дом украшен, остался один нерешенный вопрос перед самым главным праздником в году: «ЧТО НАДЕТЬ?!». Если вы хотите стать настоящей звездой вечеринки, прочтите о том, как знаменитости подбирают себе праздничные наряды.



КРИСТИНА ХЕНДРИКС:
«Покажите все самое лучшее, что у вас есть!»

Эта красавица-актриса не стесняется своих недостатков, а наоборот, умело подчеркивает их, превращая в достоинства.

«Два моих самых любимых праздничных стиля — это классика и романтика. Они наиболее точно отражают мою индивидуальность, а я всегда стараюсь быть самой собой. Я — девушка с очень выраженными округлостями, и иногда мне бывает очень трудно выбрать наряд так, чтобы он мне одновременно и нравился, и подходил. Я всегда стараюсь подчеркивать свои достоинства: ведь женственные формы — это совсем не то, что нужно прятать! В плане тканей и фактур мне нравятся струящиеся, переливающиеся, а самое главное украшение вечернего платья для меня — изящное декольте».

ЭНН ХЭТЭУЭЙ:
«Секрет моего успеха — маленькое черное платье».

Энн стала одной из самых популярных и любимейших актрис публики сразу после своего дебюта в культовом фильме модниц всех времен и народов «Дьявол носит Прада». В течение короткого времени она также завоевала негласный титул «Икона стиля» и несколько раз была признана лучшей в категории «The best dressed» на красных ковровых дорожках самого разного уровня. Актриса признается:

«Зогда я сомневаюсь, что надеть, я выбираю «маленькое черное платье». Оно меня еще ни разу не подводило. В моем гардеробе их несколько штук — от разных модных дизайнеров, но я никогда не пройду в магазине мимо еще одного МЧП. Это просто палочка-выручалочка. Наденьте его в комплекте с яркими аксессуарами — например, с красными туфельками и крупными сверкающими серьгами, и вы уже — королева вечера!»



ДЖЕННИФЕР ЛОПЕС:
«Залог успеха — уверенность в себе и сексуальность!»

Джей Ло не раз привлекала внимание публики к своим нарядам и становилась объектом обсуждения благодаря недвусмысленным туалетам.

«Я всегда выбираю то, что мне нравится, независимо от того, модно это или нет. Если я чувствую, что мне наряд идет, мнение и советы остальных уже не имеют значения. Я люблю, чтобы платье было немного провокационным и соблазнительным — например, с глубоким вырезом и декольте или из прозрачной ткани. Да, у меня красивая фигура, и я ею горжусь!»



ГВИНЕТ ПЭЛТРОУ: «Пара прекрасных туфелек!»

Знаменитую актрису можно назвать живым воплощением Кэрри Брэдшоу — героини сериала «Секс в большом городе», известной своей горячей любовью к дизайнерской обуви. В коллекции Гвинет десятки пар великолепных туфель. Именно их актриса считает главным достоинством своего гардероба.

«М» ри выборе наряда самое большое внимание я уделяю обуви. Я люблю, чтобы туфли были необычными, яркими и эффектными. Не знаю, может быть, классная обувь придает мне больше уверенности в себе, но мне кажется, высокие каблуки обладают мощным энергетическим зарядом, который они передают своей хозяйке. Моя формула стиля — подчеркнуто простое платье плюс «убийственные» туфли! Для меня это самый лучший аксессуар!»



АНДЖЕЛИНА ДЖОЛИ: «Простота подкупает»

Восхитительная актриса считает, что не нуждается в дополнительном приукрашивании и даже в праздники выбирает простую одежду.

«М» не нужно много времени для того, чтобы решить, что надеть. Мой гардероб состоит из трех основных цветов и трех силуэтов. Я ношу очень много черного, но могу надеть и белое — особенно, когда я без детей, но такое редко бывает. Иногда, как и любая женщина, я люблю принарядиться и почувствовать себя настоящей леди. Это так же важно, как и все остальное в жизни».



САРА ДЖЕССИКА ПАРКЕР: «Главное — выглядеть стильно!»

Признанная «икона стиля» остается верна самой себе и собственному вкусу.

«Я» обожаю одежду и моду, но при этом стараюсь не выходить за рамки собственной индивидуальности. Я не надену супермодную вещь, если считаю, что она мне не подходит или не нравится. По характеру и пристрастиям я более консервативна, чем моя героиня Кэрри Брэдшоу, поэтому я раздала подружкам очень много одежды, в которой снималась в сериале, потому что знала: я никогда не надену очень откровенные праздничные наряды Кэрри. Я предпочитаю что-нибудь стильное, но не очень сексуальное, особенно на Новый год».



БЕЙОНСЕ: «ПРОСТО ЗОЛОТО!»

Известная певица любит сиять, как настоящая звезда. Особенно в праздники!

«Я» люблю все блестящее, и считаю, что блеска не может быть слишком много! На Рождество я попросила моего стилиста сделать мне специальные накладные сверкающие прядки в волосах — что-то типа тонкого новогоднего дождика, и золотистый голографический маникюр. А крупные золотые украшения — серьги и необычный перстень — я подобрала сама!»



КЭТИ ПЕРРИ: «Елка — не единственная вещь, которой нужны украшения!»

Знаменитая певица, актриса и композитор никогда не откажется от яркого эффектного украшения, привлекающего всеобщее внимание.

«В» моей ювелирной коллекции есть удивительные и необычные украшения. Одно из моих любимых — восхитительный ободок из разноцветных камней. В комплекте с ним любое платье заиграет яркими красками. Самое лучшее украшение для новогоднего наряда!»

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

— Мы уже в Домодедово. Я тебя прошу, заезжай к нам почаще, маранта очень любит воду.

— Хорошо, мама.

— Я оставила свет в коридоре, будешь уходить, не выключай. Запирай на оба замка.

— Да, мама.

— Настя!

— Да.

— Последнее время с тобой что-то творится, ты себя хорошо чувствуешь?

— Мама, у меня все хорошо.

Мама помолчала.

— Тебе что-нибудь привезти?

— Аленький цветочек, — вздохнула Настя.

В трубке слышались обычный вокзальный шум и гулкие объявления о прибытии каких-то рейсов.

— Ладно, мы полетели. До меня не дозвонишься, буду звонить сама. Будь умницей.

Настя нажала на отбой, положила телефон на полку, походила по комнате и забралась в большое мохнатое кресло напротив окна. За стеклами на фоне фиолетово-серого неба крутились мелкие снежинки. В комнате стало совсем темно, только когда во двор заезжала машина, по потолку из угла в угол веером пробегал светлый луч.

Она сидела в темноте, поджав колени к подбородку и натянув на плечи края покрывала. Последние два месяца это было ее любимым занятием. Раньше ей нравилась зима, время, когда рано темнеет, и мир в снежных узорах и свете фонарей становится маленьким и уютным, в нем остаются только любимые вещи и люди, а остальное пропадает в разноцветной городской темноте. Сейчас в этом мире не было даже ее самой. Она чувствовала себя подвешенной в пустоте, которая поглотила ее вместе с тремя годами жизни, казавшимися ей раньше нужными и счастливыми. Она не могла поверить, что с ней можно было так поступить. Зачем было столько тянуть и ждать, пока она сама, интуитивно чувствуя обман, не вызовет его на этот разговор. И что теперь делать с потраченными на него годами?

Слез уже не было, все вылилось тогда, когда беспокойное предчувствие сменилось сначала взрывом отчаяния, а потом бездонной обидой. В сухой остаток выпало только тонкое шемшее чувство вселенской несправедливости, которое теперь не давало ей покоя ни днем, ни ночью.

Работа не спасала. Она не требовала никаких творческих усилий, и Настя каждый день механически готовила документы, никого не замечая вокруг и не заботясь, обращают ли внимание на нее. Женская часть коллектива, быстро прочувствовав ситуацию, замерла, было, в нерешительности — жалеть или клеветать, — но ка-

ким-то чудесным образом ее оставили в покое.

Во вторник Настя вспомнила, что обещала маме ухаживать за цветами.

Пока она возилась с замками, из-за двери доносились трели телефонных звонков. Телефон у родителей стоял в прихожей на этажерке. Верхний замок никак не хотел поддаваться, и Настя, прежде чем справилась с ним, умудрилась сломать ноготь. Телефон замолчал. Она вошла в квартиру, закрыла за собой дверь, постояла секунду, оглядывая прихожую, и стала разуваться. В этот момент телефон зазвонил снова. Настя от неожиданности вздрогнула. Она стояла в одном

далекой глухой Орловке. Два раза в год, обычно весной и осенью, к ней ездила Настина мама. Уговаривать бабушку хотя бы наполовину урезать ее немаленькое хозяйство было невозможно. Такими же бесплодными были попытки снабдить ее сотовым телефоном. Ближайший телефон был на почте в соседнем поселке. В Орловке жили одни старики.

Последний раз Настя была там еще школьницей, потом все никак не находилось времени. Бабушку она помнила веселой, энергичной и ни минуты не сидящей без дела. Мысль о том, что сейчас она, больная и беспомощная, лежит одна в нетопленном доме, тисками сжала душу.



сапоге, смотрела на трезвонящий аппарат и думала, кто это может быть. Телефон не умолкал. Растегнув молнию, она потянулась за трубкой.

— Аллё.

— Маша, аллё, Маша, ты слышишь?

Маму звали Мариной, но половина родственников почему-то называла ее Машей.

— Мама уехала.

— Настенька, это ты? Это тетя Люба из Вязьмы. Она куда? Ндолго?

— Они третьего прилетают.

— Боже ты мой! Послушай-ка, моя Надя ездил к своим на Первомайку, встретила там Ивана Гришенкова из вашей Орловки. Соседи говорят, что бабушка ваша заболела, совсем плохо, из дому не выходит, может, и не встает. Вы бы съездили кто....

— Да, тетя Люб, спасибо...

Настя опустила на банкетку. Трубка лежала на коленях, из нее доносился тети Любин голос, но она уже не слушала. В груди похолодело, глаза мгновенно затопили слезы.

Бабушка Ксения жила одна в

Из трубки пошли гудки. Настя положила ее на рычаг и набрала на мобильнике мамин номер.

— ...this subscriber is not available now...

Телефон отца тоже оказался недоступен.

Господи, кто же?

Двоюродный брат служит на Дальнем Востоке. Кто еще? Родственников, которые живут где-то там, рядом, в райцентре, она толком не знает, у нее нет даже их телефонов... Никто...

Настя посмотрела на себя в зеркало. По щекам расплзались черные потеки. Она достала салфетку и стала яростно оттирать тушь. Уже на пороге вспомнила про маранту, не разуваясь, прошла на кухню и вылила в нее целый кувшин воды.

По дороге домой она позвонила на работу и попросила несколько дней за свой счет. Отпустили без разговоров — она никогда никуда не отпрашивалась.

Поезд уходил в 23.45. Пассажиры сразу начали укладываться спать. Пришла молчаливая проводница, собрала билеты, Настя

сходила за бельем. В проход свешивались пегие железнодорожные одеяла, с верхних полок высовывались ноги в домашних вязаных носках. Поезд несся в темноте, с грохотом и лязгом пролетая маленькие станции. Станционные фонари вспышками освещали купе, и вагон начинало раскачивать на стрелках. Иногда с ревом налетал и пересчитывал вагоны встречный.

Настя лежала поверх одеяла и не могла уснуть. Она пыталась представить себе Орловку, в которой никогда раньше не была зимой. Вспомнила, как два года назад она попыталась уговорить его съездить туда в новогодние каникулы, а он в ответ острил по поводу запаха навоза и дойки коров.

Настя поймала себя на том, что вспомнила о нем сегодня первый раз, и то вот так, мельком. Значит, места в ее душе для него почти не осталось.

Смоленск встретил синим расцветом и искрящейся в воздухе снежной пылью. Дальше надо было ехать автобусами до Федоровки, а оттуда, уже пешком, в бабушкину Орловку. Видавший виды «Икарус» по дороге сломался, и когда кое-как доковылял до райцентра, федоровский автобус уже ушел. В маленькой автостанции-стекляшке не оказалось ни души. Окошко кассы было закрыто. Настя посмотрела расписание и ахнула: следующий рейс отправлялся только в пять вечера. От Федоровки до Орловки километра четыре. В пять уже стемнеет. Она машинально достала мобильник — на индикаторе сети не было ни одной «палки».

Настя стояла со своей сумкой посреди пустого холодного зала и думала, что ей делать. Где искать попутку, и можно ли ее вообще найти, спросить было не у кого. Люди, приехавшие с ней на автобусе, уже разошлись. Сидеть здесь до вечера...

Она подумала, что надо найти районную больницу — если с бабушкой случилось что-то серьезное, то там обязательно должны знать. Еще раз, на всякий случай, изучила расписание автобусов, перечитала объявления, приклеенные у окошка кассы, и вышла на улицу. Маленькая площадка перед автостанцией была пуста, только недалеко от входа стояла молодая женщина и разговаривала по мобильному телефону, одной рукой опираясь на выдвижную ручку дорожной сумки. Настя остановилась в стороне подождать, пока она закончит. Женщина, видимо, это поняла, повернулась и, не прекращая разговора, мимикой изобразила вопрос.

Настя шагнула к ней:

— Подскажите, пожалуйста, где здесь больница.

Женщина сказала в трубку: «Подожди», махнула на одну из улиц:

Восходящие звезды: Новогодний Знак Качества

Участие в съемках новогодних комедий — это своеобразный ОТК для определения популярности актера. Если ты приглашен в раскручиваемый новогодний кинохит, будь уверен, что его продюсеры вычислили твой рейтинг популярности по всем возможным параметрам: ты либо уже в обойме звезд, либо звездой проснешься на следующий день после премьеры.

Все три сегодняшних персонажа засветились в культовых новогодних комедиях.



ПАВЕЛ БАРШАК
(«Ёлки 2»)

В свои 34 года успел сняться в 51 фильме, лучшие из которых: «Прогулка», «Ночной продавец», «Ёлки 2», «Питер FM», «Игра», «Достоевский», «Казус Кукуцкого», «Три мушкетера», «Полет бабочки», «Отдам котят в хорошие руки».

В детстве мечтал стать космонавтом (Юрий Гагарин с его непередаваемой харизмой — любимец всего человечества), водителем мусоровоза (прикольны «выстреливают» баки над кузовом), хоккеистом (крутые парни дерутся клюшками), но под влиянием увлеченного театром стар-

шего брата Александра (ныне известного режиссера и сценариста) поступил в РАТИ (ГИТИС), а по его окончании был принят в труппу Московского театра «Мастерская Петра Фоменко». Киноизвестность Павлу принес фильм Алексея Учителя «Прогулка», где он сыграл одну из трех главных ролей. А на остальные две посоветовал режиссеру, так как актеры подбирались под Баршака, взять своих однокурсников: Евгения Цыганова и Ирину Пегову. После многочисленных кинопремий «Прогулки» Павел становится довольно востребованным актером: он снимается в «Солдатах», «Большой прогулке», «Ночном продавце», «Трех мушкетерах» (где сыграл Арамиса), но самой интересной для него ролью становится Алексей Смолин из сериала «Игра». До этого Павлу не давали играть «плохишей». И первый отрицательный персонаж стал большой актерской удачей. Герой получился неоднозначным, со своей «правдой жизни», и потому убедительным, более того, вопреки здравому смыслу (ведь Смолин — убийца) даже в какой-то степени привлекательным.

Павел сетует, что его старший сын (тогда восьмилетний) Федор, посмотрев две серии «Игры», проникся «привлекательностью зла», стал подражать Смолину: набрался сомнительной лексики и вызывающих жестов со средним пальцем. Поэтому остальные 18 серий смотреть ребенку уже не пришлось.

А всего у Павла Баршака сыновей двое: Федор и младший Фома. Он образцово-показательный отец. Шутит, что смог бы работать если еще не педагогом, то уж точно педиатром. Любимую жену Евгению считает идеальной женщиной, потому что она «и понимает, и принимает»...

А вот любимой роли пока нет, надеется, что она еще впереди, хотя «каждая сыгранная роль — это частичка меня».

После «Игры» Павлу стали пачками предлагать роли негодяев. На вопрос: «А каких предложений вы ждете?», отвечает: «Жду, когда позвонит Тарантино».

При всей кинозанятости первостепенным для себя Павел считает театр. И до, и после ухода Мастера утверждает: «Я служу Петру Наумовичу Фоменко». А в кино его привле-

кает желание сделать российский кинематограф интереснее, ну, и заработок. Часто снимается в фильмах старшего брата Александра Баршака и ждет от него идеального сценария интересной истории.



АННА ЧИПОВСКАЯ
(«Ёлки 2» и «Ёлки 3»)

Ей 27 лет, а снялась актриса уже в 30 фильмах, лучшими из которых считаются: «Дорогая Маша Березина», «Побег», «Ёлки 2», «Шпion», «Дирижер», «Уланская баллада», «Оттепель», «Все начиналось в Харбине» и «Ёлки 3».

С кромная дочь известных родителей: мама — Ольга Чиповская — актриса театра имени Вахтангова, папа — Борис Фрумкин — руководитель легендарного джазо-

вого оркестра имени Олега Лундстрема. Родители видели любимую дочку переводчицей, так как училась она в лингвистической гимназии, но после 9 класса поступила в Школу-студию МХАТ, осуществив свою мечту (не зря же все детство провела за кулисами вахтанговского театра). А с 15 лет Аня начала активно сниматься в кино. И не просто интереса ради или славы, нет, работала по 24 часа в сутки на съемочной площадке ради гонораров. Тогда, в 90-е, с финансами в семье было очень тяжело, родители-артисты почти ничего не зарабатывали, а дочка благодаря индивидуальной красоте стала востребована. Хотя сама красавица говорит, что в детстве была «гадким утенком»... А вот на съемочной площадке вдруг возманила себя королевой: сейчас с улыбкой вспоминает свои капризы — «вела себя, как привередливая народная артистка — то не так, это — не эдак», спасибо, мудрая мама сглаживала отношения с режиссерами и учила дочку быть терпеливой.

И выучила. А руководитель курса в Школе-студии МХАТ Константин Райкин выучил талантлившую студентку актерскому ремеслу: по окончании школы-студии Анна Чиповская была принята в труппу Московского театра-студии под руководством Олега Табакова, где сыграла много заметных ролей.

Сейчас Анна Чиповская — актриса МХТ им. Чехова. И продолжает успешную кинокарьеру.

Побыв в 15 лет «народной артисткой», в 27 уже не ведет себя как «звезда экрана». Кинотусовки и гламурные вечеринки не посещает. Не любит, да и некогда: вечерами играет в театре. «Между театром и кино всегда выбираю театр! Из-за материала, который предлагается играть. В театре, в отличие от кино, нет недостатка в хорошем материале. Российское кино сейчас стремится снимать блокбастеры, но в этом направлении нам Голливуд не догнать. Надо вспомнить, как у нас получалось кино о людях. Мы страна драматургии Вампилова, эстетике «Пяти вечеров». Поэтому сегодня мне нравится Дуня Смирнова, в ее фильме я бы хотела сыграть. А из западных совершенно гениальным считаю фильм «Социальная сеть» Дэвида Финчера».

«На что вы готовы ради роли вашей мечты?» — вопрос, которым журналисты провоцируют актеров на откровенность. И Анна откровенно отвечает, что не только без малейшей жалости остригла бы свои роскошные волосы, но даже согласилась бы сняться обнаженной, чего еще ни разу ни в одном фильме не делала: «Ведь мои фильмы смотрит моя бабушка...» Но если режиссер убедит в необходимости, готова на творческие эксперименты.

А вот о личной жизни Чиповская откровенничать не любит, хотя таблоиды и на этот счет полны информацией: долго обсуждался роман с певцом Алексеем Воробьевым — бурный (чуть ли не до драк), но короткий (яркие характеры рядом не уживаются). После премьеры сериала «Все начиналось в Харбине» Анне приписывали служебный роман с Никитой Козловским, на что она сама только с улыбкой описывает джентльменские качества партнера... по фильму. А недавно поя-

вилась информация о романтических отношениях с бизнесменом Даниилом Сергеевым. Вот такой недлинный список у такой великолепной красотки.

А мечтает она о крепкой семье с преданным мужем, с многочисленными детьми, с красивым домом и большими семейными застольями и праздниками. О семье, в которой нестрашно стареть, не стоит бояться морщин и не надо искусственно молодиться.

«Хочу ощущать себя счастливой в любом возрасте, ведь я абсолютный, до кончиков ногтей гедонист. Мне хорошо здесь и сейчас, и я надеюсь, что и дальше будет не хуже».



МАРК БОГАТЫРЕВ
(«Тариф Новогодний»)

В 30 лет успел сняться в 15 фильмах.

Лучшие — «Любовь. RU», «Тариф Новогодний», «Папаша», «Кухня», «Глухарь. Возвращение», «Далеко от войны», «Учителя», «Чемпионы».

В артистический мир Марк Богатырев пришел из мира цифр, дебета и кредита, то есть с экономического факультета Обнинского технического университета атомной энергетики. Получить «земную профессию» настояла бабушка, которая воспитывала Марка. Отца он никогда не видел, а мама — художница, творческая натура — занималась сыном наездами. Отказать бабушке Марк не смог, поэтому четыре курса на экономфаке все-таки отучился.

Но актером он мечтал быть с детства и предпринимал к этому конкретные шаги: еще школьником играл в Обнинском городском народном театре «Д.Е.М.И.» у режиссера Олега Демидова, студентом участвовал в кинокастингах, и был принят на главную роль в молодежном комедийном боевике «Нена-

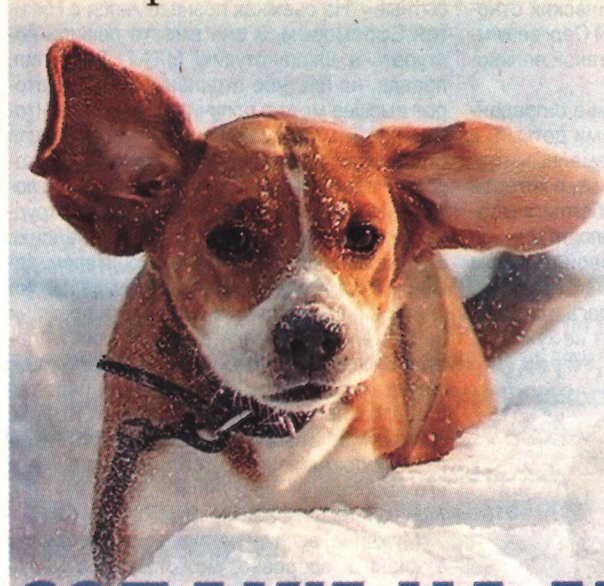
сытные». На съемках познакомился с Никитой Ефремовым, и они вместе решили поступать в Школу-студию МХАТ. Поступил, правда, на платное отделение, так как второе высшее можно получить только так. Чтобы оплатить учебу на первом курсе, продал старенькую иномарку. А что делать во втором? Работы он никогда не боялся. Марк пошел работать еще в 14 лет, когда стало трудно вдвоем прожить на бабушкину пенсию. Был охранником, водителем, строителем, администратором в компьютерном клубе, но учиться в школе-студии и работать времени не хватало, ведь Марк еще и во МХАТе получил роли. И тут улыбнулась удача: руководитель курса Игорь Золотовицкий перевел старательного студента на бюджет. Кстати, сейчас Марк сам занимается подготовкой ребят к поступлению в театральные вузы, и его подопечные поступали и в «Щуку», и в «Щепку», и во ВГИК.

«Мужчина, если он неглуп, если имеет цель в жизни и здоровье, может зарабатывать столько, сколько нужно его семье» — таково его финансовое кредо. А творческое — много работать и добиваться успеха. В 2008 году Марк Богатырев появляется на большом экране в комедии «Тариф Новогодний», в 2010-м его принимают в труппу МХТ имени Чехова, а в 2012-м актер получает свою звездную роль Огузка в сериале «Кухня». И после показа двух сезонов этой кулинарной комедии становится звездой телевидения. Уже как раскрученного актера его приглашают на главные роли в модные проекты «Учителя» и «Чемпионы».

Популярность приносит финансовую свободу, но ограничивает личную. Если раньше вся информация о личной жизни ограничивалась статусом «влюблен» — в графе «семейное положение» в соцсетях — то теперь чего только ни прочтешь об этой самой «влюбленности». Еще недавно и Интернет, и СМИ пестрели заголовками о Марке Богатыреве — якобы он совершил попытку суицида из-за несладко складывающихся любовных отношений с коллегой по сериалу «Кухня» Еленой Подкаминской (с которой и по сюжету фильма то любовь, то ссора, то разрыв). Ходили слухи, что у них роман и вне съемочной площадки, что Подкаминская ушла к Марку от мужа с маленькой дочкой, а когда решила вернуться обратно в семью, Богатырев решил свести счеты с жизнью. Хотя официального подтверждения этим фактам нет. Достоверно известно лишь то, что Марка госпитализировали по «скорой», а причиной назвали напряженный график съемок. Есть версия, что все эти страсти — всего лишь пиар для нового сезона «Кухни». Именно этот сериал и его герой — ловелас Макс Лавров — сегодня для неискушенного зрителя визитная карточка хорошего театрального и киноактера Марка Богатырева, который своими примерами для подражания называет Олега Янковского, Евгения Миронова, Константина Хабенского...

Возможно, актеры нового поколения, о которых мы рассказали сегодня, еще удивят зрителя и определят стиль актерской игры начала третьего тысячелетия.

Подготовила Мария ПЕТРОВА



СОБАКИ НА МОРОЗЕ

НЕ БЕГАЙТЕ НАПЕРЕГОНКИ

Многие хозяева, гуляя в мороз с собакой и видя, что она начала замерзать, устраивают гонки. Никогда не делайте этого. Молодая собака, особенно щенок, с удовольствием бежит с хозяином наперегонки. Вот только на холоде от бега животное может вспотеть. А это в несколько раз повышает риск воспаления легких, ведь собака, разогревшись, станет сбрасывать температуру, дыша открытым ртом. Если видите, что питомец замерз, идите домой. Животные очень хорошо чувствуют температуру воздуха и в мороз стараются сделать свои дела на улице побыстрее.

ВОДИТЕ НА ПОВОДКЕ

Даже если собака привыкла гулять сама по себе, не спускайте ее с поводка в морозную погоду. Дело в том, что мороз отбивает нюх. И привыкшая бегать по округе собака может не найти дороги домой: она ведь ориентируется по запаху, а не по местности.

МОЙТЕ ЛАПЫ

Соль, антифриз, реагенты — все это лежит поверх снега и льда. Нам-то все равно, мы ходим ботинками. А каково голым собачьим лапам, когда после прогулки все это «добро» тает и впитывается в кожу?

Вернувшись с прогулки, привяжите собаку у двери, чтобы снег и ледышки с лап стаяли, а затем обязательно вымойте ей лапы чуть теплой водой.

Все домашние питомцы в холодную погоду сидят дома, кроме собак. И какой бы промозглой или морозной ни была погода, хотя бы дважды в день собаку надо выводить на прогулку. Воспитанная собака лучше сдохнет от разрыва мочевого пузыря, но писать в доме не станет. А раз выходить все равно придется, надо знать, как следует вести себя хозяину и какие предпринять меры, чтобы животное не пострадало от холода.

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ В АВТОМОБИЛЕ

Попробуйте неподвижно посидеть в ледяном автомобиле часа полтора. Простуда, а то и воспаление легких обеспечено. Почему же бедная собака вынуждена смиренно ожидать хозяев, которые отправились за покупками, а верному другу велели ждать. Каково им, бедным, в ледяной коробке, в которую превращается автомобиль, как только остывает двигатель. Не оставляйте собаку в автомобиле больше чем на 10-15 минут. А собираясь в кафе или по магазинам, не берите с собой собаку.

ПРИЧЕШИТЕ ПО ПОГОДЕ

Если экстерьер требует для данной породы короткой прически, на время холодов отложите плановую стрижку. Чем короче шерсть на животном, тем ему холоднее. Пусть немного побудет растрепой, зато не простудится.

ИЗМЕНИТЕ «МЕСТО»

Вгородских квартирах «место» собаки обычно у входной двери, чтобы не путалась под ногами. Это не значит, что собака дни напролет проводит именно там. Но все-таки не гоните ее на «место», если она еще не успела согреться после прогулки или из двери сильно дует.

Если собака четко знает свое место, на время холодов обязательно выделите для нее подстилку, если ее не было, если подстилка была, переложите ее в теплое место. Собака — существо умное, она сама решит, где ей лежать. Когда холодно — там, где теплее, станет жарко — найдет место, где есть хоть маленький сквознячок.

БЕРЕГИТЕСЬ ПОЖАРА!

Многие вынуждены обогревать дом в холодное время года, пользуясь печью, камином или рефлектором с открытой спиралью. Если у вас есть домашние животные, следите, чтобы они не подошли близко к обогревательным приборам. Конечно, животные инстинктивно боятся огня, но в холода так приятно погреться! Домашние питомцы любят спать поближе к теплу, а во сне могут придвинуться сами или расползти хвост близко к огню. Попавшие на шерсть искры моментально превратят вашего любимца в факел, который начнет метаться по дому, поджигая все подряд. При такой небрежности вы можете остаться не только без любимца, но и без крыши над головой.



ИДЕЯ ДЛЯ ЩЕПЕТИЛЬНЫХ ХОЗЯЕВ

Многие хотели бы завести кошку, но их смущает, что у всех на виду будет стоять кошачий лоток. Если вас останавливает только это, знайте, есть очень простой выход: специальная тумбочка. От обычной тумбочки ее отличает только наличие прорезанного для кошки прохода внутрь, где не только стоит лоток, но и хранится наполнитель. Некоторые особенно заботливые хозяева наверху тумбочки устраивают еще и лежанку для четвероногого друга.

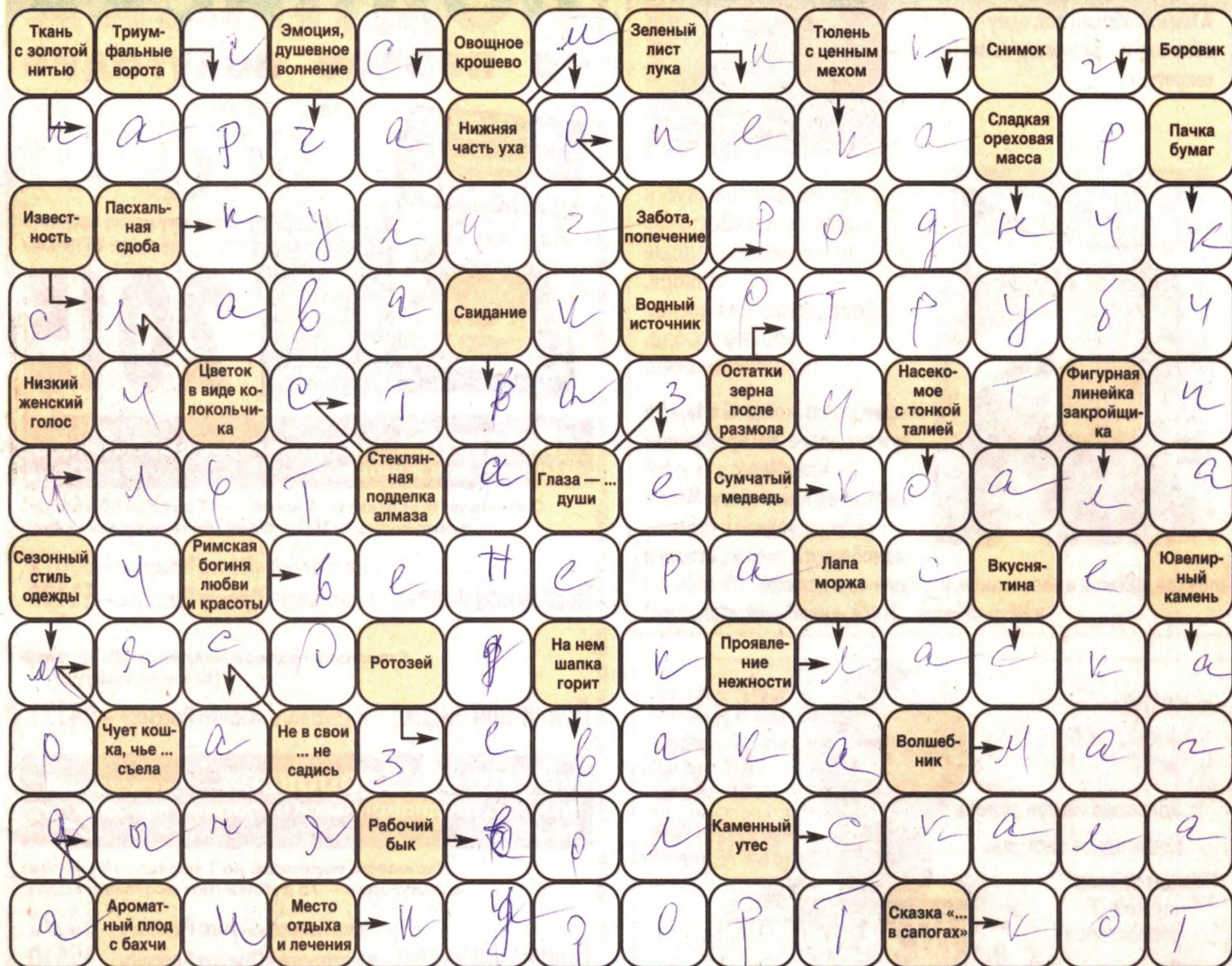
Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА



СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 12



Ответы на сканворд № 11 по горизонтали: шампанское, час, пируэт, обрат, ритм, романс, астра, бокал, корона, выюга, безе, усадьба, Рак, рог, гон, анис, Адам, барс.

По вертикали: факир, океан, риск, спрут, аверс, эмаль, енот, юбка, итог, окно, аура, брак, сом, бедро, очаг, Амур, мечта, Ольга, нон, бор, укус, аванс.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

— А куда делась ваша Снегурочка? — спрашивают Деда Мороза.

Да ей наговорили столько комплиментов, что она растаяла!

☺ ☺ ☺

— Понравились вашему сынишке подарки?

— Ой... Разбил сыночек все подарки. И машинку, и танк, и елку разбил, и все игрушки на елке...

— И мой подарок разбил?

Да нет, ваш молоточек целый.

☺ ☺ ☺

Дед Мороз, я что-то не понял! Я просил водолазку! А тут вместо свитера с горлом сидит тетка в водолазном костюме!

☺ ☺ ☺

Первое января. Открываю холодильник и понимаю: выбора, как провести день, у меня нет.

☺ ☺ ☺

— Пацаны, помните, как мы Новый год в прошлом году отмечали?

— Нет, не помним.

А давайте в этом году так же отметим!

☺ ☺ ☺

— Ну, как встретил Новый год?

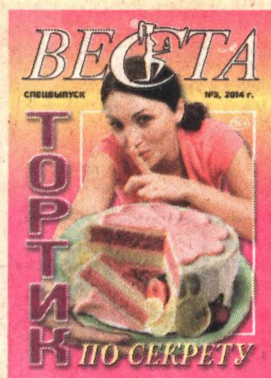
— Хуже не бывает! Проснулся 3 января под ёлкой.

— Да, ничего страшного, выходные ведь!

Конечно, но, чёрт побери, в лесу ведь холодно!..

Веками лучшие кулинары России и Европы придумывали всё новые и новые рецепты роскошного лакомства под названием «торт» — и держали их в строжайшем секрете.

А мы их собрали под одну обложку и... делимся с вами! По секрету...



Очередные спецвыпуски издательства «Веста-М» появились в продаже с 25 октября. Спрашивайте в киосках вашего города. Тираж ограничен.



Многие любят, когда «2 в 1», «5 в 1» и так далее. Мы предлагаем вам «Много в 1» — всё новогоднее меню сразу! Мясо и рыба, холодное и горячее, моноблюда и салаты, острое и сладкое, взбитое и запеченное, нарезанное и целиком, НЕ-забытое и НЕ-знакомое... И всё — необычайно вкусное!

ЧИТАЙТЕ
В ДЕКАБРЬСКОМ
НОМЕРЕ:

- ◆ Здоровье на вес золота
- ◆ Новогоднее застолье
- ◆ Чем опасен низкий тестостерон
- ◆ Снижаем температуру без таблеток
- ◆ Межпозвоночная грыжа
- ◆ И многое другое...

В продаже
с 29
ноября



ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:

В каталоге
«Пресса России».
Газеты и журналы.
Первое полугодие
2015



В каталоге
«Почта России».
Первое полугодие
2015

15510

04170

60673

В каталоге
«Почта России».
Годовая подписка 2015

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА на первое полугодие

ИЗДАТЕЛЬСТВО

ВЕСТА

Подписку можно оформить
на сайте: VIPISHI.RU

2015



«Веста-М» — всероссийское ежемесячное издание для женщин.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 17 рублей 50 копеек,
на полугодие — 105 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60672

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 51182

Стоимость годовой подписки: 210 рублей
(без почтовых услуг).

Подписной индекс в каталоге «Почта России» — 04171

«Веста-М. Здоровье» — ежемесячная газета о традиционных и народных методах лечения.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 13 рублей,
на полугодие — 78 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60673

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 15510

Стоимость годовой подписки: 156 рублей
(без почтовых услуг).

Подписной индекс в каталоге «Почта России» — 04170

Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье»

Стоимость подписки: на 1 месяц — 27 рублей 50 копеек,
на полугодие — 165 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 83728

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 91858

«Веста-М. Сканворды» — газета выходит 2 раза в месяц и содержит сканворды для взрослых и детей.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 19 рублей,
на полугодие — 114 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60674

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 11255